

什么是手足口病？

手足口病是由多种肠道病毒引起的儿童常见传染病，属于我国法定报告管理的丙类传染病。



病原体：肠道病毒（如柯萨奇病毒A16、EV71型）。

易感人群：手足口病的高发人群为6月龄至5岁儿童，以5岁以下儿童为主，尤其是托幼机构儿童。人群对肠道病毒普遍易感，不同年龄组人群均可感染发病。该病流行无明显地区性差异，全年均可发病。

传播途径：一是经胃肠道（粪-口途径）传播；二是经呼吸道（飞沫、咳嗽、打喷嚏等）传播；三是接触患者口鼻分泌物、皮肤或黏膜疱疹液及被污染的手及物品等造成传播。

临床表现：手足口病急性起病，表现为发热（38℃左右）、口腔疱疹及溃疡。患儿常出现食欲不振、不愿进食或易流口水等症状，口腔、手、足和臀部出现小而独立的疱疹和（或）红色皮疹（不痒不痛），疱疹周围可有炎性红晕，疱内液体较少。疱疹或斑丘疹一般在7-10天消退，发热通常持续4-5天，一般预后良好。

如何区分手足口病和疱疹性咽峡炎？

分类	手足口病	疱疹性咽峡炎
疹子	手、足、口、臀部为高发，疹子呈现斑疹、斑丘疹或囊泡	仅出现在口腔，最初为丘疹，24小时内形成囊泡，再过24小时破裂，形成溃疡
发烧	大多是低烧，一般体温低于38.3℃，有的孩子不发热，极少数的孩子会出现高烧	突发高热，最高时体温可达40℃
食欲	厌食、呕吐、咽喉痛、吞咽困难	厌食、呕吐、咽喉痛、吞咽困难
病程	7-10天内完全恢复	2天左右退烧，咽部疱疹5~6天内完全恢复

手足口病的初期的常见症状和处理方法

食欲减退

家长应鼓励患儿多喝水，吃清淡、易消化的食物，以减轻口腔疼痛对进食的影响。



精神不振

家长需密切关注患儿的精神状态，如有异常的症状应及时就医。



手足皮疹

家长在发现患儿手足出现皮疹时，应高度怀疑手足口病，需要及时就医进行治疗。



手足口病的初期注意事项

做好饮食调理

可以适量给患儿吃营养丰富的食物，比如**西红柿、猕猴桃、苹果**等，有助于病情恢复。



密切观察症状

家长需要密切关注患儿的病情变化，如有加重趋势或出现其他并发症，应及时就医。



万一中招，家庭护理这样做

退热：体温 > 38.5℃可服用退烧药（如布洛芬）。

皮疹处理：保持皮肤清洁，避免抓破引发感染。

口腔护理：用生理盐水漱口（小宝宝可用棉签蘸水清洁）。

饮食：温凉流质食物（粥、酸奶），避免刺激性食物。

……手足口病护理要点……



发热的护理

当孩子体温低于38.5℃时，家长可以使用物理降温的方法，并注意给孩子补水。当体温超过38.5℃时，则应该给孩子服用退烧药了。



皮疹的护理

家长应保持孩子皮肤的清洁，要及时给孩子更换衣服，以免过度抓挠引发的皮肤损伤和感染。若疱疹破裂并伴有皮肤的继发感染，可局部外用抗菌药膏。



口腔的护理

利巴韦林气雾剂喷在溃疡处，每4-5小时一次，鼻腔1喷，咽喉1-2喷。它属于抗病毒的口腔喷药，可以缓解疱疹的症状，有利于病毒感染的病程缩短。



饮食的护理

出疹期间，尤其在口腔内水疱破溃成小溃疡期间，可以让孩子多吃一些流质饮食。病愈后可及时补充富含蛋白质和维生素的食物。

预防是关键！6招降低感染风险



勤洗手：饭前、便后、外出后用肥皂洗手（大人和孩子都要！）。

消毒物品：玩具、餐具、门把手等定期用含氯消毒剂擦拭。

避免聚集：高发期少去人群密集场所（如游乐场、室内乐园）。

接种疫苗：EV71疫苗可预防重症手足口病（适合6月龄-5岁儿童）。

增强免疫：均衡饮食、充足睡眠，避免过度劳累。

隔离患者：患儿需居家隔离至症状消失后1周。

警惕重症信号

- 1 持续高热不退（>3天）
- 2 精神萎靡、呕吐、肢体抖动
- 3 呼吸急促、四肢发凉

辟谣专区

- ❌ 得过一次就不会再感染？
- ✅ 可能多次感染，不同病毒型无交叉免疫！
- ❌ 酒精消毒能杀灭病毒？
- ✅ 肠道病毒对酒精不敏感，需用含氯消毒剂或高温煮沸。

长江新区儿童预防接种门诊信息一览表

单位名称	单位地址	单位电话	工作时间
阳逻街社区卫生服务中心	阳逻街道阳逻正街39号	86929593	8:00—11:30
阳逻街卫生院接种门诊	阳逻街阳光大道458号	89772055	五一开始： 每周一、三、五、六、周日 上午7:30—11:30 下午14:30—17:30
仓埠卫生院接种门诊	仓埠街正源路	89063025	上午7:30—11:30 下午14:30—17:00
大潭办事处防疫保健所预防接种门诊	大潭办事处甲山村一组10号	61919499	周一至周五 上午8:00—11:30 （国家法定节假日除外）
三里桥街卫生院预防接种门诊	三里桥街银湖大道253号	61918035	每周一到周五 上午8:00—11:00 （国家法定节假日除外）
武湖街卫生院预防接种门诊	武湖街道汉施大道125号	61812431	每周一到周六 上午8:00—11:30
六指街中心卫生院甘棠分院接种点	六指街道甘棠社区甘棠大道67号	85082567	每周一到周日 上午8:00—11:30 下午14:00—16:00
六指街中心卫生院预防接种门诊	六指街道什仔大道261号	85070196	每周一到周日 上午8:00—11:30 下午14:00—16:00
前川街鲁台社区卫生服务中心预防接种门诊	前川街道鲁台街188号	85940886	每周一到周日 上午8:00—11:00 下午14:00—16:00
谏家矶社区卫生服务中心幸福湾预防接种门诊	江岸区解放大道2901号	18171084576	周一、周四 上午8:00—11:30 下午13:30—16:30 周六 上午8:00—11:30
谏家矶社区卫生服务中心预防接种门诊	江岸区谏家矶大道28号	15717111486	周三、周五 上午8:00—11:30 下午13:30—16:30 周六 上午8:00—11:30

预防接种门诊的工作时间可能会根据实际情况调整，具体安排建议您提前通过电话咨询确认。

手足口病

高发人群：6月~5岁儿童

防控指南



武汉长江新区疾病预防控制中心