

疱疹性咽峡炎----健康宣教

一. 什么是疱疹性咽峡炎？

疱疹性咽峡炎是由肠道病毒(Enterovirus)感染引起的儿童急性上呼吸道感染性疾病，主要病原体是柯萨奇病毒 A 型(Coxsackievirus-A, CV-A)和肠道病毒 71 型(Enterovirus-A71, EV-A71)。

二. 疱疹性咽峡炎是如何感染的？

四季均可发病，多发于夏、秋两季，平均潜伏期 3-5 日

易感人群：1-6 岁学龄前儿童

传染源：染病患儿和隐性感染者为主要传染源

传播方式：接触传播为主，也可以通过呼吸道飞沫传播。



通过接触患者的分泌物或被其污染的手及物品而引发感染。

三. 疱疹性咽峡炎有哪些症状呢？

①高 热： 偶可高达 40℃，发热可能伴有抽搐。

退热时间为 2-4 天。

②咽部疼痛：婴幼儿常见吞咽困难、流涎、拒食、呕吐，可单独或合并出现。

③局部体征：咽峡部充血，咽腭弓、软腭、悬雍垂可见灰白色疱疹或溃疡。



④病程 1 周左右：绝大多数疱疹性咽峡炎和普通感冒一样，可自愈，不伴并发症。

但如果有以下情况，需要引起重视!!!

- 1、持续高热，体温>39℃，常规退热效果不佳。
- 2、出现精神萎靡、头痛、呕吐、易惊、肢体抖动、抽搐、四肢无力、站或坐立不稳等。
- 3、出现呼吸增快、减慢，或是呼吸节律不规则。
- 4、手、足、皮肤、口腔内疱疹明显增多。
- 5、有面色苍白、四肢冰凉、脉搏增快、皮肤花纹（表明循环不好）。



如果小朋友出现以上情况，请立即去医院就诊。此外，如果口腔疼痛到拒食、拒水，还有可能发生水、电解质的失衡、脱水等，也需要及时就医。

四. 如何处理？

1、注意隔离

(1) 减少不必要的外出，避免交叉感染，居家隔离 2 周。

(2) 保持室内清洁及空气流通。

2、发热的处理

(1) 监测体温，体温超过 38.5℃，给予退热药，常用退热药：布洛芬（6 个月以上使用）、对乙酰氨基酚（3 个月以上使用）。

(2) 保持皮肤清洁，及时更换汗湿的衣物。

(3) 鼓励孩子多饮水，脱水未纠正不使用退热药。

3、口腔护理

(1) 清淡饮食，不宜进食过烫、辛辣、酸、粗硬等刺激性食物。

(2) 进食流食或半流食，少量多餐，温凉食物。

(3) 饭后淡盐水或生理盐水漱口，婴幼儿可以用生理盐水擦拭口腔，保持口腔清洁。

4、病情观察

警惕高热惊厥，观察孩子的精神和饮食状态，有无精神差、嗜睡、烦躁不安、面色苍白等。

五. 如何预防疱疹性咽峡炎？

1. 勤洗手：在外出回家后、饭前便后、打喷嚏后，家长或看护人在给接触孩子前，或替幼儿更换尿布、处理粪便后，用流动清水及洗手液或肥皂洗手，持续至少 20 秒。

2. 多通风：居室要开窗通风；疱疹性咽峡炎流行期间不带孩子到人群聚集、空气流通差的公共场所。

3. 勤清洁：孩子餐饮具、奶瓶使用前要煮沸 20 分钟或高温消毒；玩具及地面、家具等及时清洁；尿布、毛巾、衣物、被褥等勤换洗、常晾晒。

六. 居家隔离该怎么做？

1. 健康监测：密切留意孩子的身体状况，有无发热、溃疡、拒食、精神差等表现，应及时就医。

2. 家庭护理：保持口腔清洁，注意休息，多吃新鲜蔬菜丰富营养食物，增强身体抵抗力。

3. 居家消毒：被患儿污染的物品及时清洁，用含氯消毒液进行擦拭或浸泡消毒。

4. 做好隔离：居家隔离至全部症状消失后 1 周，期间尽量不与其他儿童接触，避免交叉感染。

