

如何预防水痘感染?

陈卫东

富顺县板桥镇中心卫生院预防接种科 643204

【中图分类号】R511.5

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 06-084-01

1 水痘的表现症状?

水痘是一种急性呼吸道传染病, 由水痘-带状疱疹病毒首次感染后引起, 多见于儿童, 以分批出现的全身性丘疹、水疱、结痂为主要表现。常见的传播途径有直接接触传播、空气中飞沫传播等。另外, 接触患者的衣物也会引发水痘。水痘有一定的潜伏期, 一般在两周左右, 潜伏期的主要症状是发热、头痛、食欲不振等, 有的孩子还会出现咳嗽和轻度腹泻。伴随着病情的明显加重, 随之表现出来的发热、皮肤红疹、皮肤瘙痒等, 同时还会有溃疡出现的可能。水痘是一种比较常见的传染病, 一般发生在儿童身上, 也有一些成年人会得水痘, 水痘在早期的时候会出现各种症状, 但是很多人不会引起重视, 这样会加重病情, 进而促使治疗难度增加。所以一旦患上水痘, 就需要尽快治疗, 那么水痘有什么症状呢:

第一, 水痘潜伏期症状: 水痘有一定的潜伏期, 大约是两周左右, 在此期间如果出现发烧、食欲不振、头痛等症状, 就很有可能患上水痘。不过, 由于许多父母缺乏相关认知及经验, 会将此类症状误认为是普通的感冒。如果是春冬季的感冒症状, 可以对症给孩子吃些感冒药。有的孩子还会出现咳嗽和轻度腹泻的症状, 所以平时一定要注意休息, 多喝水, 这样有利于缓解。

第二, 水痘的其他症状: ①发热: 水痘初期会出现一些前面的症状, 如低烧, 可持续数小时, 患者会觉得不舒服, 其主要症状是乏力、厌食, 即使平时很喜欢吃东西, 也会觉得没兴趣。②红色斑丘疹: 红色斑丘疹或斑丘疹为水痘疾病处于缓解期, 在不断进展下, 斑丘疹会快速成周围有红色晕圈的椭圆形小水泡。1天后, 水泡内的内容物逐渐浑浊, 并且存在易破裂的风险。待疱疹3-4天, 正常情况下会变得萎缩, 渐渐干瘪, 逐渐恢复皮肤。③皮损处瘙痒: 水痘的性质分布是向心和集中分布, 容易压迫和容易刺激的位置容易发生, 从躯干开始, 随着病情的发展, 头部、面部、四肢也会有明显的瘙痒症状。如果皮疹发生在粘膜或生殖器官上, 不对其采取及时治疗, 就会形成浅表溃疡。

2 水痘相关注意事项

水痘的易发人群不止是儿童, 成人也可发生。水痘是一种急性呼吸道传染病, 即由水痘-带状疱疹病毒引起。这种疾病是自限性的, 大多数患者在发病约两周后自然康复。水痘患者生病期间要注意以下几方面: 1、隔离病人。水痘具有高度传染性, 需要隔离, 直到疱疹干瘪结痂。2、皮肤要保持清洁, 指甲定期修剪不易过长, 防止水泡被抓破, 避免不必要的感染发生。另外还要注意避免在患病期间洗澡。3、皮肤出现发痒情况后, 要注意患儿勿将抓伤皮肤, 导致感染后会有疤痕留下。可通过转移注意力的方法、用温水擦拭、涂炉甘石洗剂、5%碳酸氢钠溶液等方法来缓解皮肤瘙痒的不适感。患者用药需遵医嘱, 抗组胺药物的应用, 以及抗生素软膏的正确涂抹(针对疱疹破溃、有继发感染), 为了控制感染可遵医嘱口服抗生素。4、同时保持室内环境温度、湿度正常, 定期开窗通风, 对患者的衣服、被褥、毛巾、玩具等器具进行单独消毒。

5、三餐要营养丰富易消化, 不要吃各种辛辣刺激和易引起过敏的食物。水痘的病程较长, 患者一定要有充足的休息、睡眠, 饮食上以清淡为主, 多吃好消化的食物, 多吃富含维生素和纤维素的新鲜蔬菜及水果。6、当继发感染发生后, 必须立即接受治疗, 另外可进行抗生素的使用。

3 如何预防水痘感染?

如果你首次感染了水痘-带状疱疹病毒, 你就有可能患上水痘。其传染性非常高, 而且感染速度快, 呼吸道飞沫、直接接触等方式均可引起感染。主要在并发2天内, 会有畏寒、低热、头痛、乏力、呕吐、食欲减退、出疹等临床症状出现。该病常发生在春季和冬季, 对新生儿或免疫功能低下者可致命。因此, 人们应该预防感染水痘, 下面介绍一些经常用于预防感染的方法: ①与水痘患者交谈或同住一个房间, 以预防呼吸道感染。应尽可能佩戴口罩, 以避免长时间接触水痘患者。并且, 室内等生活环境要注意多通风, 这种情况下会有效辅助杀菌。②避免接触感染, 当接触到患者的水泡液, 可继发接触性感染, 患者的水泡破裂会释放病毒, 健康人群与其接触后, 就会被水痘或水痘带状疱疹的病毒感染。日常可通过戴薄膜手套、乳胶手套等来预防感染的发生。值得注意的是要保证手套为一次性的, 并保证丢弃的手套能够妥善处理。③接种水痘疫苗的推广与实施, 水痘易感人群的自身免疫能力较差。通过注射水痘疫苗来预防感染, 进而提升免疫能力。这样在与水痘患者接触后, 感染水痘的几率微乎其微。正常情况下需要注射2次水痘疫苗, 对水痘起到积极预防的作用。

水痘预防(接种疫苗): 1974年, 日本人Takahashi建立了水痘疫苗Oka株, 临床研究证实具有较好的保护效力, 该毒株经过世界卫生组织认证、推荐给全世界各国使用。1997年水痘疫苗在我国上市, 为二类疫苗自愿自费接种。接种对象为1-12岁儿童、高危人群, 如医务人员、家庭或学校内与水痘病例密切接触的易感者。①免疫程序: 1-12岁儿童预防接种免疫程序为满18月龄接种第一剂, 满四岁接种第二剂, 如果已经接种1剂, 年龄为4-12岁者, 应接种第二剂, 与前剂间隔至少3个月。13岁及以上预防接种免疫程序为接种2剂(仅可接种13岁以上接种程序的疫苗)。②接种方法: 每人每次接种剂量为0.5ml, 于上臂外侧三角肌附着处皮下注射。③接种禁忌: 如果您对水痘疫苗成分过敏, 有严重的疾病、发热、或是妊娠期妇女, 是不建议接种水痘疫苗的。水痘疫苗建议与免疫规划疫苗分开接种, 与另一种减毒活疫苗间隔至少28天。

在对水痘疾病预防措施的选择上可通过感染途径的控制, 以及用药方面及时有效的施救。只有及时有效的预防措施才能避免水痘疾病的发生, 所以要想保护孩子不患水痘疾病, 就必须提前采取预防措施。总之, 一旦发现出疹后出现持续高烧、咳嗽哮喘、呕吐、头痛、嗜睡等症状, 应及时就医。目前, 常见水痘的治疗主要是对症治疗, 如止痒、防止继发细菌感染、抗病毒等, 用药后可在两周内康复。此外, 这种疾病具有高度传染性, 应佩戴口罩, 加强锻炼, 增强免疫力。