

开学季 当心诺如病毒的超强感染力

10~100个病毒粒子即可使人致病

□本报记者 林颖

元宵过后,幼儿园和中小学陆续开学,面对马上开始的集体生活,省疾病预防控制中心和医生们纷纷提醒,目前正值冬春季诺如病毒感染的高发季,当心诺如病毒感染引起不适!

就在上周,福建卫生报健康大使、福建省妇幼保健院儿科李国凯副主任医师门诊碰到一名诺如病毒感染的1岁患儿。和家人在餐厅吃完饭,孩子回家后就出现多次呕吐症状。家人见状,忙带孩子去了省妇幼保健院儿科治疗。由于孩子一直呕吐,大便未排,李国凯接诊后先让孩子用了开塞露通便,后大便病毒检测确诊为诺如病毒感染。通过口服补液治疗,孩子的症状逐步好转。



01 感染者常被误认为是食物中毒

“不少人认为诺如病毒感染后会不停拉肚子,其实儿童患者与成人患者的症状有区别,成人以腹泻为主,儿童则以呕吐居多,之后可能也会出现腹泻。”

诺如病毒发病时间短,突发突止,临床表现通常持续48至72小时,大多数恢复后无后遗症。出现腹泻的感染者粪便呈黄色稀水便,每日数次至十数次不等,无脓血与黏液。可伴有低热、咽痛、流涕、咳嗽、头痛、肌痛、乏力及食欲减退,且易并发脱水。

此病常被误认为食物中毒,区别在于食物中毒者只通过食物传播,食物的分布与病例分布一致,而且明显的是不食者不得病。而诺如病毒主要是粪一口传播,如食用被污染的食物、水和饮料,或接触污染物体后没洗手,不幸的是手又接触到口……目前研究表明,和患者亲密接触,比如照顾患者、与患者分享食物或共用餐具、飞沫散播等途径,即人与人之间的传播是更普遍的传播方式。

02 感染后不可一次口服大量补液盐

对于诺如病毒目前尚无特效的抗病毒药物,一般也不需使用抗菌素。

如果出现呕吐、腹泻、发热,主要是靠对症治疗或支持疗法,推荐在每次腹泻和呕吐后口服补液盐预防脱水。“如果孩子小于6个月,每次补充50ml,6个月~2岁,每次100ml,2~10岁,每次150ml,注意新生儿及有明显呕吐、腹胀、休克、心肾功能不全的患儿不宜使用口服补液盐。”

李国凯同时提醒家长,要注意不可一次口服大量补液盐,以免导致反射性呕吐。因为胃脏是肌肉性器官,多次呕吐又没有进食的情况下,易使

胃肌肉痉挛,当大量摄入液体时,会使胃快速扩张造成呕吐。最有效的方法是每1~2分钟反复少量口服补液盐,逐渐增加补液体积,几小时后很快就会纠正脱水状态。

如果孩子病情严重,尤其是婴幼儿及体弱少尿不能进食者,应及时输液,纠正水电解质、酸碱平衡失调。

除了补充口服补液盐外,还要注意调整患者饮食,停止进食高脂肪和难以消化的食物,以减轻胃肠负担,可补充维生素和电解质支持治疗。

在护理患病婴幼儿时,要注意勤换尿布,加强臀部护理,避免红臀及溃破。

03 病毒界的“百变星君”,传染性极强

诺如病毒是感染性极强的病毒,要知道,一次呕吐可排出数以亿计的病毒粒子。而诺如病毒粒子只需要10~100个就可以使人致病。病毒通过气溶胶在空气中弥散,造成聚集性的疫情暴发。

最新一个研究,根据2020年深圳市龙岗区报告的一起诺如病毒感染性腹泻暴发疫情资料,建立SEIAR模型,对诺如疫情隔离、停课及呕吐物处置效果进行分析,结果本起疫情在无干预情况下,

持续4天,人群感染率为97.38%。

“和流感一样,它每年都有暴发事件发生,但是比流感更糟糕的是,目前还没有针对它的疫苗。由于诺如病毒基因多样且变异性高,可谓是病毒界的‘百变星君’,一生中可多次被感染。”李国凯提醒,在症状消失后的2天内,患者身上携带的病毒仍有强传播力,此时最好不要去人群聚集处,以免造成再次传播。

04 医用酒精消毒无效

面对传染性极强的诺如病毒,李国凯提醒大家,一定要养成良好的饮食卫生习惯。

不喝生水,饮用煮沸的开水或选择卫生合格的桶装水,生吃瓜果要洗净,牡蛎等贝类海产品必须充分加热煮熟后再吃。

保持良好的手卫生。保持良好的手卫生是预防诺如病毒感染和传播的最有效措施,饭前、便后、加工食物之前要用肥皂和流动水洗手,消毒纸巾和免洗手消毒剂不能代替洗手。

由于婴幼儿抵抗力弱,应避免带去人群密集场所就餐。

患病期间最好居家隔离。特别是食品加工者、护工、幼儿园保育员等从事服务类工作的患者,应立刻脱离工作岗位,居家隔离休息至症状消失后2天,方可恢复工作。其间患者不要去做饭或照顾婴幼儿。

如果家中有人感染了诺如病毒,呕吐或腹泻后,记得按照正确的方法,及时消毒被污染的家具、地板和衣服——先洒上含氯消毒液(医用酒精无效),用纸巾、抹布等遮盖物覆盖30分钟再清理。

