



青田公益广告 QingTian Public service advertisement

敬 有礼

# 拥党护根脉 爱国爱家乡



## “预”见冬天 冬季常见呼吸道传染病预防知识宣传

最近迎来了大风降温天气,正式进入了冬季,公众外出添衣保暖的同时,也要提高对冬季常见传染病防控知识的预防水平,让健康相伴每一天。近期常见的呼吸道传染病主要有肺炎支原体感染、流感、呼吸道合胞病毒感染、腺病毒呼吸道感染、水痘等。

流行性感冒,主要由甲型和乙型流感病毒引起,具有高度传染性。高热、头痛、肌肉酸痛、乏力等全身症状较重,少数有恶心、呕吐、腹泻等消化道症状,病程一般持续1周左右。主要通过空气飞沫传播,也可通过直接或间接接触传播,以及气溶胶的形式传播。接种流感疫苗是预防人类流感致病和流行的有效方法。

支原体肺炎,由肺炎支原体感染引起的肺部炎症,以发热、刺激性干咳为主,可伴有头痛、流涕、咽痛等症状。主要通过飞沫传播,也可通过接触传播,潜伏期较长,平均2-3周。各年龄段人群普遍易感,儿童是高风险人群,尤其多见于5岁以上儿童。目前尚无针对性疫苗。

呼吸道合胞病毒感染,感染轻症及早期症状类似于普通感冒,严重者会出现呼吸困难或呼吸急促、喘

息、烦躁不安、食欲减退等。主要通过飞沫和密切接触传播。5岁以下特别是2岁以下的婴幼儿易感,主要通过飞沫和密切接触传播,病程一般持续1-2周,目前尚无针对性疫苗。

水痘,由水痘-带状疱疹病毒引起,症状有畏寒、低热、头痛、乏力、咳嗽、食欲减退以及皮疹等,患者可全身同时出现丘疹、水疱及结痂,皮疹首先见于躯干部,以后延及面部与四肢。本病传染源为水痘患者,通过呼吸道飞沫和直接接触传播,亦可通过接触被污染的用具间接传播,传染性强,多见于儿童,冬春季为发病高峰。患者应予呼吸道隔离至全部疱疹结痂,发热期卧床休息,注意补充水分,早期可遵医嘱进行抗病毒治疗。可接种水痘疫苗进行预防。

腺病毒呼吸道感染,主要症状为咳嗽、鼻塞和咽痛,同时伴有发热、寒战、头痛和肌肉酸痛等,可能还会出现咽喉炎、咽结膜炎、肺炎等表现。主要通过飞沫传播或接触污染的物体未洗手而触摸口、鼻或眼睛等感染,也可通过粪口途径传播。最常发生于6个月~5岁,尤其是2岁以下儿童,病程一般持续1-2周,目前尚无

针对性疫苗。

面对这些常见冬季呼吸道传染病,我们该如何有效预防呢,主要有以下几点:

一、勤洗手,做好手卫生,饭前便后、外出返回或接触公共场所物品、脏东西后要勤洗手,避免用不洁净的手触摸眼、鼻和口。家长外出返回后要及时洗手。

二、戴口罩,呼吸道传染病主要通过飞沫传播,正确佩戴口罩非常重要,乘坐公共交通工具或进入人员密集场所如商场、超市、医院时要佩戴口罩。

三、讲礼仪,咳嗽或打喷嚏时,要用纸巾掩住口鼻,或用手肘或衣袖等遮挡,将用过的纸巾丢入带盖垃圾桶中,在咳嗽或打喷嚏后要洗手。

四、讲卫生,保持室内外环境清洁,勤换、勤洗、勤晒衣服和被褥;在保证室内温度的情况下,每日开窗通风,保持空气清新,通风期间要做好保暖。

五、少聚集,流行高峰期,尽量避免前往人群密集、通风不良的区域,避免与有呼吸道感染的患者亲密接触。尽量不要前往空气流动不畅的密闭区域,如必须外出时建议要佩戴口罩,做好自我防护,并注意及时更

换。

六、接种疫苗,接种疫苗是预防传染病最经济、最有效的手段。学校是人群密集场所,广大师生和同住人员应积极接种流感、水痘等疫苗,建立免疫屏障。除此,还要养成健康的生活方式,保证充足的睡眠、合理的膳食、适量的运动以提高自身抵抗力。

七、勿恐慌,在冬季呼吸道传染病高发季节,大家无需忧心忡忡,在日常生活中采取科学的预防措施,能够有效降低感染呼吸道传染病的风险!目前引起呼吸道传染病的病原体都是已知的,未发现新的病毒、细菌等,且都有相应的诊疗手段。若出现发热、咳嗽等呼吸道感染的症状时,患者应居家休息治疗,避免带病上课,待康复后再返校。注意个人及家人的防护,避免传染其他家庭成员,尤其要避免与老人、儿童、慢性病患者近距离接触。绝大部分呼吸道传染病具有自限性,不需要都进行抗病毒治疗,进行对症缓解症状治疗就能康复。但是对于老年人、5岁以下儿童以及免疫力低下的特殊人群建议及时就医,避免加重病情。

青田县中医医院公卫科 陈妙

## 青田县人民法院公告

肖正伟(户籍所在地浙江省青田县海口镇南岸村83号):

本院受理原告中国人民财产保险股份有限公司丽水市分公司与被告肖正伟、余历追偿权纠纷一案,已审理终结。现依法公告送达(2023)浙1121民初1966号民事判决书,判决主文如下:一、被告肖正伟于本判决生效之日起十日内支付原告中国人民财产保险股份有限公司丽水市分公司代偿款161258.74元及利息(利息自2023年6月21日起至款项实际还清之日止,按年利率3.55%计算);二、驳回原告中国人民财产保险股份有限公司丽水市分公司的其他诉讼请求。如果未按本判决指定的期间履行给付金钱义务,应当依照《中华人民共和国民事诉讼法》第二百六十条之规定,加倍支付迟延履行期间的债务利息。本案受理费3526元,由原告中国人民财产保险股份有限公司丽水市分公司负担50元,由被告肖正伟负担3476元;公告费600元,由被告肖正伟负担。自公告之日起30日内来青田法院腊口法庭领取民事判决书,逾期则视为送达。如不服本判决,可在判决书送达之日起十五日内向本院递交上诉状,并按对方当事人或者代表人的人数提出副本,上诉于浙江省丽水市中级人民法院;也可以在判决书送达之日起十五日内向浙江省丽水市中级人民法院在线提交上诉状。

刘美红(户籍所在地浙江省青田县北山镇泉山村3号):

本院受理原告杨仲仁与被告刘美红民间借贷纠纷一案,已审理终结。现依法向你公告送达(2023)浙1121民初2623号民事判决书。自公告之日起30日内来本院领取民事判决书,逾期则视为送达。如不服本判决,可在判决书送达之日起十五日内,向本院递交上诉状,并按对方当事人或者代表人的人数提出副本,上诉于浙江省丽水市中级人民法院;也可以在判决书送达之日起十五日内,向浙江省丽水市中级人民法院在线提交上诉状。逾期本判决则发生法律效力。

## 遗失声明

中国建设银行股份有限公司青田支行工会委员会不慎遗失中国建设银行股份有限公司青田县支行基本存款账户开户许可证一本,开户许可证核准号:J3432000596203(名称:中国建设银行股份有限公司青田支行工会委员会),特此声明。

中国建设银行股份有限公司青田支行工会委员会  
2023年12月25日