

关于流感的那些事儿

春暖花开，万物复苏，各种致病菌生长、繁殖加快，加上气候变化无常，早晚温差较大，导致人的抵抗力下降，因此春季是各种传染病的高发季节，加之幼儿年龄较小，很容易被传染。流感，由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性，其发病率占传染病之首位。潜伏期 1~3 日，主要症状为发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，全身肌肉、关节酸痛不适等，发热一般持续 3~4 天，也有表现为较重的肺炎或胃肠型流感。

预防措施：

- 1、饭前便后、以及外出归来一定要按规定程序洗手，打喷嚏、咳嗽和清洁鼻子应用卫生纸掩盖，个人卫生用品切勿混用。
- 2、自然通风可有效降低室内空气中微生物的数量，是最简单、行之有效的室内空气消毒方法。
- 3、常见的传染病现在一般都有疫苗，预防性疫苗是阻击传染病发生的最佳积极手段。
- 4、积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天锻炼使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。
- 5、由于春季传染病初期多有类似感冒的症状，易被忽视，因此身体有不适应及时就医，特别是有发热症状，应尽早明确诊断，及时进行治疗。如有传染病的情况，应立刻采取隔离措施，以免范围扩大。
- 6、春季传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。

小二班

2019 年 3 月 1 日