

# 多数手足口病一周能治愈

## 专家表示肠胃病毒 EV71 没想象中可怕,养成良好卫生习惯可预防

□时报记者 李莉

五一期间,记者走访广州一些医院发现,前来就诊肠道传染病的患儿明显增多,不少家长甚至一见到医生就急切地询问:“我的孩子是不是EV71 肠道病毒?”针对一些家长的恐慌心理,中国疾病预防控制中心副主任杨维中专家提醒:肠胃病毒EV71 并没有想象中那么可怕,属于可防可治的普通传染病,但因传播途径多,婴幼儿易感染,因此在手足口病流行的夏秋季要做好预防措施。

### 多数患儿一周治愈

随着安徽省阜阳市发生肠道病毒疫情,“EV71 肠道病毒”迅速占据了各大媒体的主要位置,加上日前广东省卫生厅通报了佛山市两幼童确诊死于EV71 引起的手足口病死亡病例,引起市民高度关注,不少家长甚至表示“不敢带孩子出门”。

据专家介绍,手足口病是由肠道病毒EV71 等20多种肠道病毒引起的传染病,夏秋季多发,5岁以下的婴幼儿最易传染。大多数患儿病情较轻,一般为发热38度左右,同时在口腔、手足、臀部出现皮疹,或出现口腔粘膜疱疹。有的患儿不发热,只表现为手、足、臀部皮疹或疱疹性咽峡炎,病情较轻,这时就应马上到正规医院就诊。通常一周内体温会下降、皮疹消退,康复痊愈。个别患儿可发生心肌炎、肺水肿、无菌性脑膜脑炎等并发症。

广州华侨医院儿科医生宋元宗表示,手足口病

不是新发的病,广州以往都碰到过此病的患儿求诊,大多数患儿病情较轻,一周左右便能治愈。医生通常能根据病人的年龄、病人或家长诉说的症状、及检查皮疹和溃疡来鉴别手足口病和其他原因所致的口腔溃疡;还可将咽拭子或粪便标本送至实验室检测病毒,但病毒检测需要1周以上的时间才能出结果。

### 八大措施进行预防

中国疾病预防控制中心副主任杨维中提醒市民,EV71 肠道病毒主要通过空气、唾液或粪便传播,通常病后一周内传染力最强,该传染病和个人的卫生行为、以及环境和卫生条件都有一定的关系,可以通过养成良好的个人卫生习惯进行预防,因此市民应注意以下八点:

1. 讲究环境卫生、食品卫生和个人卫生;
2. 注意婴幼儿的营养、休息,避免日光暴晒,防止过度疲劳、降低机体抵抗力;
3. 保持室内空气流通;
4. 饭前便后、处理尿片或粪便污染的衣物后应及时洗手;
5. 多给孩子吃蔬菜、水果,多饮白开水或清凉饮料;
6. 尽量少让孩子到拥挤公共场所,减少被感染机会;
7. 对被污染的日用品、餐具等应消毒处理,患儿粪便及其他排泄物可用3%漂白粉澄清液浸泡,衣物置阳光下暴晒;
8. 可适当给孩子服用板蓝根、维生素C防病。

### ■专家提醒

#### 一旦感染病毒 切勿滥用药

广州军区总医院急诊科主治医师陶雪飞介绍,春季是呼吸道病毒传染的高发期,而随着气温的升高,肠道细菌和病毒的感染发病率也升高。最近的急诊个案比较多见呼吸道病毒,主要是上呼吸道感染,如流鼻涕、咽痛、咽干、头痛、发热、肢体乏力等,还有部分患者出现恶心、呕吐、腹泻等胃肠表现,即胃肠型感冒。

那么,市民在日常生活中如何预防肠道病毒和呼吸道病毒呢?陶雪飞表示,最主要的是注意锻炼身体,提高自身的肌体免疫力,这样才能减少感染,即使感染,症状也会比较轻。日常生活中要养成良好的卫生习惯,工作和生活的场所多通风,使用空调时不要贪图凉爽让室内外的温差太大,最好少去人群密集的场所,如超市、商场等,注意多吃蔬菜水果,保证人体的需要。

陶雪飞还强调,老年人和儿童要特别注意远离有感冒症状的人,必要时可接种流感疫苗,以度过流感高发期。如果已经感染了病毒,不要滥用药,没有明确的细菌感染不要预防性应用抗生素,38.5度以下的中低烧可以不用退烧药;如果症状较重,可服用一些抗感冒的药物,但时间不要过长,也可服用一些中药制剂,例如板蓝根冲剂,维C银翘片等,注意多休息,多饮水,保证充足的睡眠。如果症状没有好转,就要及时就医。

时报记者 裴静怡



广州气温日渐升高,肠道病毒越来越肆虐,无论家长还是婴幼儿都应养成良好的卫生习惯(图文无关)。

时报记者 马海燕 摄

### ■相关报道

## 白云山和黄赠万包板蓝根抗病毒

肠道病毒不可怕,预防性治疗是关键。有关专家表示,对于未感染儿童,常规消毒、室内通风与服用板蓝根颗粒、复方板蓝

根等抗病毒中药,可以有效预防肠道病毒EV71。日前,全国最大的板蓝根颗粒生产企业广州白云山和记黄埔中药有限公司向广

州市天河区马蹄岗幼儿园和白云区建英幼儿园捐赠了1万包白云山板蓝根颗粒,作为特别时期献给特别儿童的“特别礼物”。

# 耐药成乙肝患者治疗瓶颈

## 专家建议患者在初始治疗时,尽量选用抗病毒作用强、耐药变异低的药物

近日,卫生部公布了2006年开展的全国乙肝流行病学调查结果:目前我国仍然有乙肝表面抗原携带者约9300万人,是世界上乙肝和肝癌患者最多的国家,约占全球四分之一;与此同时,乙肝核苷类药物的耐药已成为众多乙肝患者所面临的治疗瓶颈。有数据显示,中国目前已经有约35%以上的患者产生乙肝核苷类药物的耐药性。

乙肝临床领域权威专家——广州市第八人民医院院长杨湛教授建议,患

者在初始治疗时,尽量选用抗病毒作用强、耐药变异低的药物,以避免耐药带给患者在治疗、心理、和生活上的三重危害。

### 慢性乙肝需长期治疗

据中国工程院院士庄辉教授介绍,慢性乙肝是长期进展性疾病,需要长期治疗,如进行核苷类药物的抗病毒治疗至少需要2年时间,而事实上,88%的患者需要更长的时间治疗,长期治疗势必增加抗病毒药物耐药的风险。

杨湛教授表示,耐药会乙肝患者带来一系列精神压力,长期下去,会对患者产生极大的负面情绪,影响其正常社交与生活;而耐药发生之后,换药、加药和药物之间交叉耐药,将使治疗的费用大大增加,从而大大加重了患者的经济负担和生活压力。

### 患者用药有三个注意

杨湛教授建议,乙肝患者在初始治疗的时候,应尽量选用抗病毒作用强、耐药变异低的药物,以避

免耐药带给患者在治疗、心理、和生活上的三重危害。

“首先,乙肝患者应避免不必要的治疗。其次,重视初治、合理选择抗病毒治疗方案,避免单药序贯治疗(即先用疗效较差、耐药较高的药物,等耐药发生以后再换用疗效较好、耐药较低的药物),以免多药耐药的发生。最后,患者要有良好的用药依从性,避免病毒因没有被彻底抑制而导致的耐药变异。”杨湛教授说。

时报记者 李莉

### ■医讯

## 广州开设胃食管反流病门诊

日前,中山一院和南方医院在羊城西率先启动胃食管反流病门诊。记者在现场获悉,在广州,每100人就有6~7位会经常出现烧心、反酸等症状,但很多人却并不重视,只是凭自我经验到药店买药治疗或单纯改变饮食方式。中山一院消化内科主任任旻湖教授提醒,如果患者长期得不到合适的治疗,将可能引发诸如食管狭窄、食管炎等其他并发症,甚至引起食管腺癌的发生。

陈旻湖介绍,胃食管反

流病的典型症状包括反流、反酸、胸骨后有烧灼样感觉等,导致发病的因素主要包括饱餐、睡前进食、过度饮酒、嗜浓茶、嗜咖啡、肥胖等。据悉,在中山一院和南方医院新成立的胃食管反流病专科门诊内,经验丰富的坐诊医师将用最简单的诊断方法和最新的治疗法帮助患者尽快缓解症状。市民,可到下列门诊咨询,同时还可获得免费的RDQ量表进行初步的自我检测。

时报记者 李莉

## 胃食管反流病门诊开诊时间

医院	开诊时间
中山一院	周二上午、周五上午、周四上午
南方医院	周一上午、周二上午、周三上午