

讲卫生 重预防

远离诺如病毒感染性腹泻

一、疾病简介

诺如病毒感染性腹泻由诺如病毒引起，在全世界范围内均有流行，是导致非细菌性腹泻的主要病原体之一（尤其发达国家）。全年均可发生，寒冷季节高发。深圳市暴发疫情高峰主要集中在10月至次年3月。

诺如病毒传染性强，可通过被污染的水源、食物传播，也可通过接触被污染物品或吸入呕吐物产生的飞沫传播，具有发病急、传播速度快、波及范围广等特点，常在学校、托幼机构、养老院、医院及社区等暴发流行。



二、临床表现

发病突然，主要症状为恶心、呕吐、腹部痉挛性疼痛及腹泻。儿童患者呕吐普遍，成人患者腹泻为多，24h内腹泻4~8次，粪便为稀水便或水样便，无粘液脓血。



三、日常预防

- ◆ 勤洗手，尤其进食前和如厕后，要用肥皂或洗手液等洗净双手；
- ◆ 不喝生水；
- ◆ 不进食未煮熟煮透食物（如刺身、沙拉等），彻底清洗水果和蔬菜，不吃变质、不洁、生冷、生腌食物；



- ◆ 保持居室及环境的卫生，经常开窗通风；

- ◆ 尽量少接触呕吐或腹泻病例，接触时要戴口罩、手套等做好防护，接触后及时洗手。

四、治疗和预后

病程自限，一般为2~3天，目前尚无特异的抗病毒药物，不需使用抗生素，以对症或支持疗法为主，预后良好。出现下列情况建议及时到医院就诊，并采取防护措施：

（一）出现频繁呕吐或腹泻，有脱水症状（主要表现为少尿、口干、咽干、站立时感头晕目眩，儿童表现为啼哭无泪或少泪、异常瞌睡或烦躁）。

（二）患者为小孩（小于5岁）、老人（大于65岁）、孕妇、有心脑血管系统以及免疫缺陷基础疾病患者。



五、病例居家注意事项

(一) 居家病例要坚持勤洗手、勤剪指甲；不宜为家人准备和烹饪食物。

(二) 家庭成员要养成良好的个人卫生习惯，如有腹泻、呕吐等症状，应尽早就诊，勿上班（课），**一般病人症状消失后3天方可上班（课）**，食品从业人员须连续2次诺如病毒检测阴性后上班。

(三) 做好病人吐泻物及被污染物品消毒。

病人应有自己独立的饮食用具等生活用品，最好有独立的厕所，并注意清洁、通风。**处理吐泻物必须戴口罩和手套**，最好以含氯消毒粉覆盖呕吐物或粪便，作用5-10分钟，再清洁、消毒，处理后及时用洗手液等洗手。

使用84消毒液按原液与清水按1:30的比例或1公斤水加泡腾片3片配制含有效氯1000mg/L的含氯消毒液，清洗污染被服，喷洒、擦拭地板、家具表面、门把手、厕所等，浸泡拖把、抹布。餐具、衣物也可煮沸消毒。



您的健康 我的使命
<http://www.szcdc.net>

深圳市疾病预防控制中心

地址：深圳市南山区龙苑路8号
电话：0755 - 25623043

讲卫生 重预防

**远离诺如病毒
感染性腹泻**



深圳市疾病预防控制中心
SHENZHEN CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION