传染病的预防

手足口病：是一种常见多发传染病，以婴幼儿发病为主，多种肠道病毒都能引起一般全年均有发生，5―7月为高发期。手足口病一般症状较轻，大多数患者发病时，往往先出现发烧症状，手掌心、脚掌心出现斑丘疹和疱疹(疹子周围可发红)，口腔黏膜出现疱疹和/或溃疡，疼痛明显。部分患者可伴有咳嗽、流涕、食欲不振、恶心、呕吐和头疼等症状。少数患者病情较重，可并发脑炎、脑膜炎、心肌炎、肺炎等，如不及时治疗可危及生命。

预防知识：任何人接触宝宝之前均要洗手，宝宝也要经常洗手。勤洗手、多喝水是预防手足口病最简单也最有效的方法。但前提是必须用香皂洗手30秒钟以上，然后用水冲干净。用洗手液也可以达到相同效果。 家庭与学校督促孩子勤洗手，父母回家也必须先洗手再接触孩子。

让宝宝远离生病的大人和儿童。成人也会感染手足口病，由于抵抗力强，绝大多数成人不出现症状，但却仍有通过接触传染将病毒带给孩子的危险。

打喷嚏时捂住口鼻 每打一个喷嚏，将有数百万的细菌喷射到空气中。这样做有效吗，已经有研究证明，感冒病毒通过空气直接传播的机会并不大，除非是有人直接将喷嚏喷到一个人的脸上。但无论如何，为了更健康和有礼貌，打喷嚏时请用手或纸捂住比较好。

没有真正的增强免疫力针可以预防孩子感冒或者患支气管炎，还是应该让孩子每天出门适应凉空气，提高预防感冒和支气管炎的能力是最好的办法。
 切莫讳疾忌医。由于秋冬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，特别是幼儿有发热症状或身上出现各种皮疹时，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。

 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。