流感 支原体肺炎 合胞病毒“抱团流行” 发热 咳嗽怎么办

11月8日立冬，标志后疫情时代第一个秋冬季来临，新冠、流感、手足口病、支原体肺炎……有专家表示，过去3年勤戴口罩、减少社交的“免疫负债”，或将需在这个秋冬偿还。

秋冬季流感

中招后有啥症状？

流感一般表现为急性起病、发热、咳嗽、咽痛、流涕、鼻塞、身体疼痛、寒颤、疲乏、腹泻、呕吐等症状。

如何治疗？

目前，国内可用的抗流感病毒药物主要有奥司他韦(包括颗粒和胶囊)、扎那米韦、帕拉米韦、阿比多尔和玛巴洛沙韦等。

但不是每个流感患者都必须服用抗病毒药物，绝大部分流感抗病毒药物是处方药，要经医生评估才能用。

如何预防？

每年接种流感疫苗是预防流感最有效的手段，可以显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。

流感病毒易发生变异，疫苗接种的免疫力会随时间推移逐渐减弱，因此流感疫苗需要每年接种。

合胞病毒和流感很容易抱团侵袭

中招后有啥症状？

临床症状多种多样，可能为轻微的上呼吸道感染症状或者中耳炎，也可能表现为严重的下呼吸道感染。

感染患儿可以发展为下呼吸道感染，主要表现为毛细支气管炎或肺炎。多见于婴儿及＜2岁儿童。

毛细支气管炎患儿病初通常存在2-4d的上呼吸道感染症状，如发热、鼻塞和流涕；之后很快出现下呼吸道症状，出现咳嗽、喘息；进一步加重出现呼吸急促、呼吸费力(呼吸做功增加)和喂养困难等；部分婴儿临床过程表现为肺炎，出现呼吸困难、喂养困难、精神萎靡等。

如何治疗？

轻症患儿对症治疗（呼吸道合胞病毒感染为自限性疾病，症状一般会在1-2周内消失）；

稍微危重一点的，在对症的基础加上抗病毒治疗，所有用药需在医师药师指导下进行。

如何预防？

1、适当进行户外活动，衣服穿着不宜太厚，避免过热或过冷，汗湿衣服要及时更换；

2、尽量减少去公共场所，特别是空气流通不好的地方；

3、积极治疗上呼吸道感染，防止向下蔓延引起肺炎；

4、提倡母乳喂养，合理添加辅食；

5、做好计划免疫；

6、加强早产儿的保护和护理

7、注意清洁

8、养成良好的洗手习惯；牢记洗手以下环节都要洗手：

◆触碰宝宝前；

◆饭前饭后；

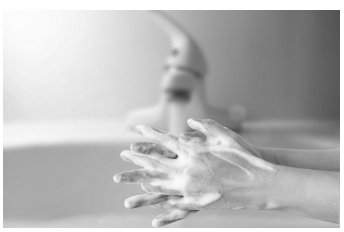
◆如厕后或更换尿布后；

◆摸过脸后；

9、保持玩具清洁；

10、其他方面注意：

◆注意饮食安全



◆保证充足睡眠

◆家内成人应接种流感疫苗；如患流感应做好隔离，无法隔离时成人应带好口口罩。

肺炎支原体也不容小觑

中招后有啥症状？

以发热、咳嗽为主要临床表现，易与上呼吸道感染混淆。

表现为阵发性刺激性的干咳，少量黏液痰。白天也咳、晚上也会咳，容易影响睡眠。

如何治疗？

目前，临床治疗小儿支原体肺炎一般采用大环内酯类抗生素，如阿奇霉素、红霉素等药物，也可在治疗过程中采用其他药物进行辅助治疗。

阿奇霉素用法：轻症3d为1个疗程，重症可连用5—7d，停药4d后可重复第2个疗程，具体请在医师指导下使用。

如何预防？

肺炎支原体通过咳嗽和打喷嚏传播。日常咳嗽或打喷嚏时，应该用纸巾掩住口鼻。然后把用过的纸巾丢弃在垃圾桶里。如果没有纸巾，可用上袖或肘部遮挡后再咳嗽或打喷嚏，而不是用手遮挡。

严格洗手，保持手卫生，经常用肥皂(洗手液)流水洗手。如果没有肥皂(洗手液)和水，可用含酒精的免洗洗手液擦拭双手。

手足口病“来势汹汹”

中招后有啥症状？

患儿多以发热起病，一般为38℃左右，发热同时在口腔、手足、臀部出现皮疹，或出现口腔内溃疡、粘膜疹。部分病人早期有咳嗽等感冒样表现。

发热1～2天后开始出现皮疹，有的患儿还出现口腔溃疡。皮疹不痒，通常出现在手掌和足底，也可以出现在臀部。口腔溃疡通常出现在舌头和内脸颊的口粘膜。

该病多发生于儿童，尤其是3岁以下婴幼儿多发，少年儿童和成人感染后多不发病，但能够传播病毒。

如何治疗？

手足口病无特效药物，做好对症处理即可，如发热时，口服对乙酰氨基酚或布洛芬混悬液缓解不适症状，少量多次饮水。

因口腔内有疱疹，2-3天左右会破溃引起孩子咽部疼痛、流涎甚至拒食，那么孩子的饮食温度可以比温热再偏低一些，局部可以使用中药喷剂，可以减少疼痛刺激。具体请在医师指导下使用，如症状严重请及时就医。

如何预防？

早期预防最关键的措施是及时接种

EV71疫苗。可有效预防EV71型肠道病毒引起的手足口病和EV71感染引起的其他疾病(如疱疹性咽峡炎)，从而减少手足口病重症和死亡的发生。

防护做得好，孩子病得少

一旦怀疑孩子得了以上四种传染病，家长朋友也不用过度焦虑，但一定要及时寻求专业医师帮助，切不可轻视或拖延就诊时间，即使家长掌握了丰富的知识，也不要轻易自行判断孩子的病情轻重程度，以免延误病情，错过最佳治疗时机。

·健康你我他·
绛县疾控中心 宣

机关档案管理规定

第十五条 档案办公用房面积按照《党政机关办公用房建设标准》执行。

阅览用房面积应当满足不同类型档案阅览需求，适应涉密档案与非涉密档案分区阅览的需要。

档案库房面积应当满足机关档案法定存放年限需要，使用面积按(档案存量×年增长量×存放年限)×60m?/万卷（或10万件）测算。档案数量少于2500卷（或25000件)的，档案库房面积按15m?测算。

整理用房、展览用房、档案数字化用房、服务器机房等用房面积应当满足业务开展需要。

第十六条 档案用房宜集中布置，自成一区。

档案办公用房选址应当便于档案库房管理。档案库房选址应当防潮、防火、避免阳光直射，利于档案保护。

档案库房不应设置在地下或顶层，地处湿润地区的还不宜设置在首层。档案库房不得毗邻水房、卫生间、食堂(厨房)、变配电室、车库等可能危及档案安全的用房。

第十七条 档案办公用房建筑设计应当符合《办公建筑设计规范》(JGJ67)规定，整理用房、阅览用房建筑设计应当符合《档案馆建筑设计规范》(JGJ25)规定。

档案库房内不得设置其他用房和明火设施，不应设置除消防以外的给水点，其他给水排水管道不应穿越库房。档案库房的装具布置、门窗设置应当符合《档案馆建筑设计规范》(JGJ25)规定。

第十八条 档案库房应当根据需要配备符合国家规定的密闭五节柜、密集架、光盘柜、底图柜等档案装具，不得采用木质柜、玻璃门柜等装具。档案整理台、档案梯、移动置物架、档案盒、装订用品等配备应当满足工作需要。

档案库房配备的档案装具应当与档案库房楼面均布活荷载标准值相匹配。库房采用密集架的，楼面均布活荷载标准值不应小于8kN/m?或按档案装载情况相应增加。

第十九条 档案库房应当配备温湿度监测调控系统，安装漏水报警设备。档案库房不得使用电阻丝加热、电热油汀及以水、汽为热媒的采暖系统。

保存重要档案或具备条件的，应当安装恒温恒湿设备，必要时可配备通风换气、空气净化设备。

第二十条 档案库房应当配备消防系统。根据档案重要程度和载体类型的不同，可以选择采用洁净气体、惰性气体或高压细水雾灭火设备。档案库房应当安装甲级防火门，配备火灾自动报警设备。

第二十一条 档案库房应当安装全封闭防盗门窗、遮光阻燃窗帘、防护栏等防护设施，可以选择设置智能门禁识别、红外报警、视频监控、出入口控制、电子巡查等安全防范系统。整理用房、阅览用房、档案数字化用房应当设置视频监控设备。

第二十二条 机关应当按照档案信息化要求，建设或配备能够满足库房现代化管理、档案数字化、电子文件及电子档案管理需求的基础设施设备。智能库房管理基础设施设备应当满足温湿度调控、漏水监测、消防报警、安全防范、视频监控等系统集成管理以及其他智能管理需要。档案数字化、电子文件及电子档案管理基础设施设备应当符合本规定第五章要求。

县级或形成档案数量较少的机关按照本规定第十九条至第二十二条配备基础设施设备的，应当满足温湿度调控、消防、安防和信息化工作的基本需求。

第四章 管理要求

第一节 一般规定

第二十三条 机关档案包括：

(一)文书、科技(科研、基建、设备)、人事、会计档案；

(二)机关履行行业特有职责形成的专业档案；

(三)照片、录音、录像等音像档案；

(四)业务数据、公务电子邮件、网页信息、社交媒体档案；

(五)印章、题词、奖牌、奖章、证书、公务礼品等实物档案；

(六)其他档案。

前款(一)(二)(三)项包含传统载体档案和电子档案两种形式。电子档案与传统载体档案具有同等效力。

绛县档案馆 宣

遗失声明

※不慎将绛县古绛镇陈瑞洗车店营业执照正、副本丢失，统一社会信用代码为：92140826MA0MAJ417W，现声明作废。