

新生入学健康教育（传染病）

艾滋病：

艾滋病的医学全称是“获得性免疫缺陷综合症”（英文缩写为 AIDS），是由人类免疫缺陷病毒（HIV）引起的性传播疾病，根据血清分型，HIV 可分为 I 型（HIV-1）和 II 型（HIV-2）。HIV 主要侵犯的是 T 淋巴细胞，引起人细胞免疫严重受损，继而发生条件致病菌感染、恶性肿瘤等。目前还没有有效的疫苗和治愈的药物，但已有较好的治疗方法，能有效地延长病人的生命，提高其生活质量。艾滋病防治关键在于预防。

传播途径：

1. 血液途径传播:血液传播是感染最直接的途径。输入被病毒污染的血液，使用了被血液污染而又未经严格消毒的注射器、针灸针、拔牙工具，都是十分危险的。另外，如果与艾滋病病毒感染者共用未消毒的注射器针头，也会被留在针管针头中的病毒所感染。
2. 性途径传播:无论是同性，还是异性之间的性接触都会导致艾滋病病毒传播。艾滋病病毒感染者的精液或阴道分泌物中有大量的病毒，在性活动时，由于性交部位的摩擦，很容易造成生殖器黏膜的细微破损，这时病毒就会乘虚而入，进入未感染者的血液中。
3. 母婴途径传播:如果母亲是艾滋病病毒感染者，那么她很有可能会在怀孕、分娩过程或是通过母乳喂养使她的孩子受到感染。

预防艾滋病病毒感染措施：

1. 洁身自爱、遵守性道德是预防性接触感染艾滋病的根本措施。
2. 正确使用质量合格的安全套，及早治疗并自愈性并可大大减少感染和传播艾滋病、性病的危险。
3. 共用注射器静脉吸毒是感染和传播艾滋病的高危险行为，要拒绝毒品，珍爱生命。
4. 避免不必要的注射、输血和使用血液制品；必要时，使用经过艾滋病病毒抗体检测合格的血液或血液制品，并使用一次性注射器或经过严格消毒的器具。
5. 对感染艾滋病病毒的孕妇及时采取抗病毒药物干预、减少产时损伤性操作、避免母乳喂养等预防措施，可大大降低胎儿、婴儿被感染的可能性。
6. 艾滋病自愿咨询检测是及早发现感染者和病人的重要防治措施。
7. 关心、帮助、不歧视艾滋病病毒感染者和病人，鼓励他们与艾滋病防治工作，是控制艾滋病传播的重要措施。

医学院医疗门诊部（黄浦校区东八舍）提供免费人类免疫缺陷病毒 I 型尿液抗体检测试剂盒

出处：上海疾控

肺结核

结核病是由结核分枝杆菌感染引起的慢性呼吸道传染病。除毛发和牙齿外，人体其他器官系统都可能受到感染而发病，但主要侵犯肺脏，称为肺结核，肺结核占各种类型结核病的 80% 以上，是结核病的主要类型。

传染源：

结核病的传染源是排菌的肺结核患者。传染性肺结核患者咳嗽、打喷嚏、唱歌、大声说话时，含有结核分枝杆菌的飞沫可经其鼻腔和口腔喷出体外，在空气中形成气雾（或称为飞沫），较大的飞沫很快落在地面，而较小的飞沫很快蒸发成为飞沫核，可长时间悬浮在空气中。含菌的飞沫核被吸入肺泡，就可能引起感染。

临床表现：

肺结核的主要症状有咳嗽、咳痰，咯血或血痰，有低烧、盗汗、胸痛、食欲差、疲乏和消瘦等。有咳嗽、咳痰 2 周及以上，咯血或血痰等症状的人，通常叫肺结核可疑症状者。

防治核心信息：

1. 肺结核是长期严重危害人民群众身体健康的慢性传染病。
2. 肺结核主要通过呼吸道传播，人人都有可能被感染。
3. 咳嗽、咳痰 2 周以上，应当怀疑得了肺结核，要及时就诊。
4. 不随地吐痰，咳嗽、打喷嚏时掩口鼻，戴口罩可以减少肺结核的传播。
5. 出现肺结核可疑症状或被诊断为肺结核后，应当主动向学校报告，不隐瞒病情、不带病上课。
6. 在医院就诊时，应将自己的真实信息如实告诉医生。
7. 肺结核患者经过规范全程治疗，绝大多数患者可以治愈，还可避免传染他人。
8. 养成勤开窗通风的习惯
9. 保证充足的睡眠，合理膳食，加强体育锻炼，提高抵御疾病的能力。

确诊肺结核后应怎么办？

确诊肺结核后，应在结核病定点医疗机构接受规范治疗，同时应尽快告知辅导员或医学院医疗门诊部，以便帮助其他人员尽快接受筛查。不应向学校隐瞒病情带病上课，或不向医疗机构如实说明身份和学校信息。如因违反《中华人民共和国传染病防治法》规定，导致肺结核病传播、流行，给他人人身、财产造成损害的，需依法承担责任。

水痘:

水痘是由水痘-带状疱疹病毒引起的临床表现不同的急性传染病。

传染源:

水痘和带状疱疹病人都是传染源。病人自出疹前 1-2 天至全部疱疹干燥结痂时, 均有传染性。

传播途径:

空气飞沫传播, 或直接接触。

临床表现:

- (1) 潜伏期: 一般为 10-21 天, 平均 14-16 天。
- (2) 前驱期: 婴幼儿常无前期症状。年长儿或成人可有发热、头痛、全身不适等轻微症状, 1~2 天后才出疹。
- (3) 出疹期: 发热同时或 1~2 天后出疹。皮疹有以下特点:
 - ①先见于躯干、头部, 后延及全身(见图 2)。皮疹发展迅速, 开始为红斑疹, 数小时内变为丘疹, 再形成疱疹, 疱疹时感皮肤瘙痒, 然后干结成痂, 此过程有时只需 6~8 小时, 如无感染, 1~2 周后痂皮脱落, 一般不留瘢痕。
 - ②皮疹常呈椭圆形, 3-5mm, 周围有红晕, 疱疹浅表易破。疱液初期为透明, 后混浊, 继发感染可呈脓性, 结痂时间延长并可留有瘢痕。
 - ③皮疹呈向心性分布, 躯干最多, 其次为头面部及四肢近端。数目由数个至数千个不等。
 - ④皮疹分批出现, 同一部位可见斑疹、丘疹、疱疹和结痂同时存在。
 - ⑤口腔、外阴、眼结膜等处粘膜可发生浅表疱疹, 易破溃形成浅表性溃疡, 有疼痛。

健康教育知识点:

- (1) 养成良好的个人卫生习惯, 勤洗手、勤洗澡、勤换内衣。衣服、被褥可在阳光下曝晒, 紫外线能有效杀灭病毒。
- (2) 多喝水, 平衡饮食, 保持充足睡眠, 适当运动, 增强体质。
- (3) 加强室内外空气流通, 阳光充足、温湿度适宜、环境清洁。
- (4) 避免与水痘患者、带状疱疹患者或有呼吸道感染症状的人密切接触。
- (5) 避免去人群密集、空气流通差的公共场所, 必要时佩戴口罩。
- (6) 免疫史未滿 2 剂或不详的、且无水痘患病史的同学按免疫程序及时接种水痘疫苗。
- (7) 密切关注自身的身体状况, 一旦发觉有出疹或发热等异常情况, 应立即通知辅导员或校医疗门诊部, 并前往医院就诊。

确诊水痘后应怎么办?

确诊病例应严格居家隔离治疗, 隔离至全部水痘疱疹结痂、痂皮干燥后, 经医生开处

医学证明，医疗门诊部医生检查学生结痂情况后方可复课。密切接触者医学观察至末次接触后 21 天。

出处：上海疾控