

提高警覺 預防傳染病和季節性流感病毒

敬啟者：

據衛生署衛生防護中心監測數據顯示，呼吸道合胞病毒的活躍程度處於非常高水平，而進入季節性傳染病例如流感、登革熱、手足口病、水痘及腸病毒 71 型感染等(請參閱附件)，經常於院舍及學校爆發，另寨卡病毒感染亦於鄰近地方爆發。學校是一個群體聚集的地方，加上年幼的學生不能適當地作出個人護理，傳染病很容易通過人與人之間的緊密接觸而傳播。如懷疑學校有爆發傳染病例的情況，本校需將學生資料上報衛生署，衛生防護中心可能向病童的家長查詢他們子女的情況。為防止傳染病於學校爆發，學校在新學年開始前已徹底清洗及消毒校園，亦會促請全校學生/教職員注意個人及學校環境衛生。為保障學生健康，我們需要家長通力合作，我們籲請各位家長除了保持家居清潔衛生，亦須提醒貴子弟時刻保持個人及校園環境衛生，及注意以下各點：

- ◎如子女有腹瀉、嘔吐、皮疹病徵、發熱、喉嚨痛、咳嗽或類流感徵狀，必須立即戴上口罩和盡早求醫，**且須通知學校及留在家中休息**，按照醫生的病假指示或**直至徵狀消失及退燒後至少兩天(以較長者為準)才可回校**。
- ◎如子女感染手足口病，**應留在家中休息，直至發燒消退及水疱乾涸、結痂後**，才可回校上課。作為額外預防措施，如子女受腸病毒 71 型感染，應在所有病徵完全消失後兩週內都不要返校。
- ◎如子女有**不適或須留院觀察**，**需立即通知學校**。學校在有需要時會向衛生防護中心或有關部門呈報學生的情況及聯絡資料，使防控傳染病的工作可更有效地進行。
- ◎遇有子女在校內不適，應與學校通力合作，將患病子女盡早從學校接走，並即時求診。
- ◎為子女提供手帕或紙巾，並提醒子女不應與他人共用毛巾或紙巾。
- ◎提醒子女保持雙手清潔，打噴嚏或咳嗽時應掩著口鼻，妥善棄置用過的紙巾和口罩。
- ◎若有學生因病缺課，學校會盡量為他們提供學習支援，使他們不會因缺課影響日後的學習進度。
- ◎我們再次籲請各位家長通力合作，保持家居清潔衛生，並時刻提醒貴子弟注意個人衛生，做好一切預防傳染病的措施。
- ◎家長每天須在子女**離家上課前為他們探熱**，如有發燒請留在家長休息、前往診所醫治及致電回校請假。
- ◎**由即日起所有回校的幼兒必須戴口罩回校，並在書包內預備五個口罩，以便每日午睡後幼兒替換之用。**

此致
貴家長

仁濟醫院山景幼稚園／幼兒中心

校長_____謹啟
(廖改煥)

2019 年 5 月 14 日

SK1819 (71)

<回 條>

本人為_____班學生 _____之家長，已閱覽有關預防傳染病和季節性流感病毒通告後，亦明白通告之內容，並會作出配合。

家長簽署：_____

日 期：_____

水痘

水痘是由水痘帶狀 疹病毒引起，是兒童常見的急性傳染病，多發生在五至十歲的兒童身上。水痘的傳染性極高，尤其是幼兒及在患者出疹的初期。患上一次後，身體會自動產生免疫能力，因此能終生免疫。但水痘病毒也可潛伏於體內，多年後再活化而引致「帶狀 疹」，俗稱「生蛇」。

傳播途徑

- 經人與人接觸直接傳播。
- 透過患者的飛沫或散佈在空氣中的呼吸道分泌物傳播。
- 接觸到被患者傷口分泌物弄污的物件而間接傳播。

潛伏期

潛伏期通常約二至三個星期。

傳染期

最長可由患者出疹前五天(較常見為一至兩天)，至水痘水泡變乾、結痂為止(通常為出疹後五天)。

病徵

- 開始病發時患者可能會有輕微發熱。
- 出疹：水痘疹最初出現於患童的頭部皮膚和軀幹上，然後向面部及四肢散佈，當中以出現在軀幹的數目最多。水痘疹大概於五日內分批出現，並出現豆狀的小水泡。
- 水痘疹水泡會有癢感。
- 小水泡在出現約三天後會變乾、結痂。
- 患者通常約於二至四星期內痊癒。

併發症

大多數水痘病例的症狀都屬輕微，患者會自然痊癒。但抵抗力弱的人士產生併發症如皮膚發炎、猩紅熱、肺炎及腦炎的機會較高。初生嬰兒若染上水痘，病情可較嚴重，甚致危及性命。若婦女在懷孕初期染上水痘，可導致胎兒有先天性缺陷。

水痘的護理

- 發熱的患者應多喝開水和多休息，需要時可服用醫生處方的退燒藥物。
- 多進食有營養及易於消化的食物，如魚肉或牛肉粥。
- 可在痕癢處塗上醫生處方的止癢藥。兒童睡眠時可替其穿上乾淨的棉手套，以免他/她抓破小水泡，引致皮膚發炎。
- 父母要留心觀察兒童的病情。如出現高燒不退、不肯進食、嘔吐、極度疲倦或神情呆滯等徵狀，應及早求醫診治。
- 父母亦要小心觀察家中其他兒童是否在傳染期內感染到水痘病毒。
- 患者應該避免與孕婦，及抵抗力弱的人士接觸。
- 患上水痘的兒童不應上學，應留在家中約一星期或直至所有水泡變乾、結痂為止，以免把病毒傳染給校內其他同學。
- 學校方面，校方應通知其他家長學校有學童感染水痘，並提醒家長留心學童是否有水痘病徵。校方如發現學童有出疹或出現小水泡，應通知家長接回學童求醫。

預防方法

- 保持個人及環境衛生。
- 以正確的方法洗手。

香港有水痘防疫注射。家長可向家庭醫生查詢。約九成接受防疫注射的人士可以產生免疫能力。

手足口病

病原體

手足口病是一種常見於嬰孩及小童的病毒性傳染病，通常由腸病毒引起，而其中的甲類柯薩奇病毒為最主要的病原體；腸病毒 71 型* 亦是引致手足口病的病原體之一。在世界各地均曾出現個別病例或集體爆發，而多數於夏天及初秋時份發生。

傳播途徑

手足口病透過人同人之間，直接接觸病者的鼻或喉嚨分泌、唾液、穿破的水疱以及糞便而傳播的。此病的傳播能力由病發初期開始，或會維持數星期，直至糞便中的病毒消失為止。

潛伏期

潛伏期為三至七日。

病徵

手足口病的主要病徵包括發燒，口腔有疼痛的潰瘍，以及帶水疱的皮疹。病發時通常首先出現發燒，食慾不振，不適及喉嚨痛等徵狀。一至兩天後，口腔出現疼痛的水疱，甚至會影響吞嚥。這些水疱初時呈細小的紅點，然後或會形成潰瘍。這些潰瘍通常位於舌頭，牙肉，以及兩腮內的口腔。另外，身體的皮疹主要出現於手掌及腳掌，外形呈扁平或突起狀的紅點，而且並不痕癢。因手足口病而引起的併發症例如病毒性腦膜炎十分罕見。罕見的情況下，腸病毒 71 型可引致嚴重的情況，包括病毒性腦炎及類似小兒麻痺症的病症。

治理方法

現時並沒有特定治療手足口病的方法。大部份病者的情況都會自行痊癒，其徵狀如發燒、皮疹及潰瘍於一個星期後便會自動消退。採用症狀療法，使患者的熱度、以及潰瘍引致的痛楚得以舒緩。處理鼻喉排出的分泌物、糞便及弄污的物品後，須立即洗手。如兒童發高燒，活力減退或病情惡化，家長應及早攜同子女就醫。

預防方法

要有效預防手足口病，良好的衛生習慣是最重要。要遵守嚴謹的個人衛生措施，包括經常洗手，咳嗽或打噴嚏時要掩著口鼻，以及避免與病者有親密接觸。另外，良好的環境衛生亦可以減低感染手足口病的機會，例如將染污的物件及其表面清洗，及保持室內空氣流通。患有手足口病的兒童應該避免上學或者參加團體活動，直至已經退燒以及身體上的水疱乾涸及結痂，這項措施可幫助減低手足口病在兒童中傳播。

腸病毒 71 型感染

病原體

腸病毒 71(EV71)型是一種單鏈的核糖核酸病毒，也是引致手足口病的病原體之一。該病常見於東南亞地區，多數於夏天及初秋時分發生。在九十年代於臺灣及馬來西亞曾出現大型爆發。

病徵

EV71 型感染在幼童較為常見。其病徵一般與手足口病相同，主要包括發燒、口腔有疼痛的潰瘍，以及帶水疱的皮疹。病發時通常首先出現發燒，食慾不振，不適及喉嚨痛等徵狀。一至兩天後，口腔出現疼痛的水疱。這些水疱初時呈細小的紅點，然後或會形成潰瘍。這些潰瘍通常位於舌頭，牙肉，以及兩腮內的口腔。另外，身體的皮疹主要出現於手掌及腳掌，外形呈扁平或突起狀的紅點，而且並不痕癢。患者亦可能沒有病徵。在罕見的情況下，EV71 型可引致較嚴重的情況，包括病毒性腦膜炎、腦炎、類似小兒麻痺症的病症及心肌炎。

傳播途徑

EV71 型感染是透過人與人之間，直接接觸病者的鼻或喉嚨分泌物、唾液、穿破的水疱以及糞便而傳播的。此病的傳播能力由病發初期開始，或會維持數星期，直至糞便中的病毒消失為止。

潛伏期

潛伏期為三至七日。

治理方法

現時並沒有特定治療 EV71 型感染的方法；一些舒緩症狀的藥物能減輕患者的熱度及潰瘍引致的痛楚。大部分病者都會自行痊癒，其病徵如發燒、皮疹及潰瘍於一個星期後便會自動消退。家長亦應留意患手足口病兒童的身體狀況，如出現以下情況，應從速求醫：

- 持續高燒
- 反覆嘔吐
- 持續昏睡
- 肌肉抽搐或肢體忽然無力

受感染的兒童應避免上學或參加如派對、興趣班、游泳等集體活動，直至退燒以及身體上的水疱乾涸及結痂已兩個星期，以免疾病傳播。為保障家人（特別是兒童）免受感染，必須保持良好的個人及環境衛生（請參閱下列預防方法）。

預防方法

現時，並沒有疫苗可預防 EV71 型感染。要有效預防感染，保持良好的個人及環境衛生是最重要。無論在本地或外遊，市民均應採取以下措施：

- 飯前、如廁後及處理完嘔吐物或嬰兒的尿片後應徹底洗手；
- 咳嗽或打噴嚏時應掩蓋鼻口，並將染有鼻或口腔分泌物的垃圾妥善處理；
- 不要共用個人物品如毛巾和食具；
- 保持空氣流通；
- 經常以 1：9 9 濃度的漂白水（1 份 5.25% 家用漂白水與 99 份清水混和）清潔及消毒物件表面、傢具及廁所；
- 染有鼻或口腔分泌物的玩具或用具應以 1：49 濃度的家用漂白水洗乾淨；
- 避免與手足口病患者有親密接觸。

寨卡病毒感染

病原體

寨卡病毒感染是一種由寨卡病毒引起的蚊媒傳染病。

病徵

大部分寨卡病毒感染並沒有病徵。寨卡病毒感染的病徵包括皮疹、發燒、結膜炎、肌肉或關節疼痛和疲累。這些症狀一般輕微及持續數天。

目前最受關注的是該病與懷孕的不良影響（初生嬰兒出現小頭畸形）和其他神經系統及自身免疫性的併發症如吉巴氏綜合症的關係。世界衛生組織的報告顯示，至今研究達致的科學共識指，寨卡病毒是小頭畸形和吉巴氏綜合症的成因。除吉巴氏綜合症外，急性播散性腦脊髓炎（一種中樞神經系統疾病）最近被發現可能是寨卡病毒導致的神經系統問題之一。

傳播途徑

寨卡病毒主要透過受到感染的伊蚊叮咬而傳染給人類。本港現時沒有發現主要傳播寨卡病毒的埃及伊蚊。其他種類的伊蚊如白紋伊蚊亦被視為可能的病媒，而白紋伊蚊於本地非常普遍。

寨卡病毒亦在人類精液中發現，透過性接觸傳染已被確認。男男性接觸者透過性接觸傳染寨卡病毒已被確認。寨卡病毒亦可能透過其他傳播途徑，如輸血和母嬰感染傳播。

潛伏期

病徵一般於被感染的蚊子叮咬後 2–7 天出現。

治理方法

目前並沒有治療寨卡病毒感染的藥物，主要是透過症狀療法以紓緩不適及預防脫水。如果病情惡化，患者應立刻求醫。

預防方法

現時並沒有預防寨卡病毒感染的疫苗。要預防寨卡病毒感染，市民應該避免被蚊子叮咬及防止蚊蟲滋長。

出外旅遊須知

- 外遊人士尤其是有免疫系統疾病或嚴重長期病患者，於出發前往寨卡病毒持續傳播的地區(受影響地區)，最少 6 個星期前，諮詢你的醫生，並應該採取額外的預防措施，避免受到叮咬。
- 如到受影響地區的郊外，應帶備便攜式蚊帳，並在蚊帳上使用氯菊酯（一種殺蟲劑）。切勿將氯菊酯塗在皮膚上。如感到不適，應盡早求醫。
- 外遊人士從受影響地區回來後至少 21 天內須繼續使用昆蟲驅避劑，若感到身體不適，如發燒，應盡快求醫，並將行程細節告知醫生。
- 到受影響地區外遊，應考慮避免發生性行為，否則應使用安全套。
- 外遊人士從受影響地區回來後，應於到港後至少兩個月內考慮避免發生性行為，否則應使用安全套。但如被確診感染寨卡病毒或出現相關病徵，則應於發病後至少 6 個月內考慮避免發生性行為，否則應使用安全套。

給懷孕婦女和計劃懷孕的女士的建議

- 懷孕婦女和計劃懷孕的女士不應前往受影響地區。如必須前往這些地區，出發前應徵詢醫生的意見。旅途中，應採取適當避孕措施和時刻採取防蚊措施。旅程後，如出現病徵，則應求診並告知醫生外遊紀錄。計劃懷孕的女士從受影響地區返港後如果沒有出現相關病徵，至少兩個月內亦應繼續採取避孕措施。而如果伴侶其中一方出現相關病徵，應至少 6 個月內避免懷孕。

預防因性接觸傳染而出現不良懷孕後果的特別建議*

- 孕婦應避免與曾到訪受影響地區的伴侶發生性行為，否則應使用安全套。
- 從受影響地區回港的外遊人士，應注意：
 - 不應與懷孕女伴發生性行為，否則應在整段懷孕期間使用安全套；
 - 如女伴有機會懷孕，應在回港後至少 6 個月內使用安全套。

*這是預防措施並可能隨有更多新資料而更新。個別人士如對性接觸傳染寨卡病毒有進一步的關注，應徵詢其醫生的意見。

登革熱

病原體

登革熱是一種由登革熱病毒引起的急性傳染病，此病毒經由蚊子傳播給人類。登革熱常見於熱帶及亞熱帶地區，例如在鄰近的東南亞國家，登革熱已成為一種風土病。登革熱病毒共有四種不同血清型，每一型均可引致登革熱及更嚴重的登革出血熱。

病徵

登革熱的病徵包括突發的高燒、嚴重頭痛、眼窩後疼痛、肌肉及關節痛、食慾不振、嘔心及出疹。有些人在感染登革熱病毒後，可以沒有明顯的病徵，有些人則只會有發熱等輕微病徵，例如兒童發病時的病況通常較成人為輕，或會出現一般性的發熱症狀及出疹。

第一次感染登革熱的病情一般都較輕，病癒後對該類型病毒會產生免疫能力，但若隨後感染其他類型的登革熱病毒時，出現登革出血熱的機會則較高。登革出血熱是一種由登革熱所引起的併發症，病情比較嚴重，可導致死亡。登革出血熱的患者初時會出現發高燒、面部發紅，以及與登革熱相關的一般病徵。高溫可持續兩至七天，而體溫甚至高達攝氏 40 - 41 度。及後，患者或會有出血的症狀，例如皮膚出現瘀斑、鼻或牙齦出血、甚或內出血等。最嚴重的情況會導致血液循環系統衰竭、休克及死亡。

登革熱患者康復後，身體會產生免疫能力，可預防同一血清型病毒的感染，卻不會對其他三種血清型病毒有防禦能力。

診斷

因登革熱早期的病徵與其他病毒性感染相似，所以單憑臨床表徵難以確定患者是否感染此病，所以一般須採集患者臨床樣本化驗。

傳播途徑

登革熱透過帶有登革熱病毒的雌性伊蚊叮咬而傳染給人類。當登革熱患者被病媒蚊叮咬後，病媒蚊便會帶有病毒，若再叮咬其他人，便有機會將病毒傳播。此病並不會經由人與人之間傳播。近年在本港並未有發現主要傳播登革熱的埃及伊蚊，但同樣可傳播登革熱的白紋伊蚊卻並不罕見。

潛伏期

潛伏期為 3 - 14 天，通常為 4 - 7 天。

治理方法

目前並沒有治療登革熱及登革出血熱的藥物。患有登革熱的人士一般都會自行痊癒，而症狀療法可助舒緩不適。登革出血熱患者則須接受適時的支援性治療，而治療的主要目的是保持血液循環系統的運作。只要有適當與及時的診治，登革出血熱的死亡率不足百分之一。

預防方法

目前仍未有完全有效預防感染登革熱的疫苗，因此，預防登革熱的最佳方法是清除積水，防止蚊子滋生，以及避免被蚊子叮咬。

預防蚊子傳播的疾病的方法

1. 穿寬鬆、淺色的長袖上衣及長褲，並於外露的皮膚及衣服上塗上含避蚊胺 (DEET) 成分的驅蚊劑。
2. 採取其他關於遠足或前往叢林地區的預防措施。
3. 如房間沒有空調設備，應裝置蚊帳或防蚊網。
4. 在門窗等入口處放置驅蚊器。
5. 防止積水
 - 把所有用過的罐子及瓶子放進有蓋的垃圾桶內
 - 每星期最少替植物換水一次，勿讓花盆底盤留有積水
 - 緊蓋所有貯水容器、水井及貯水池
 - 確保冷氣機底盤沒有積水
 - 要保持所有渠道暢通
 - 將地面凹陷的地方全部填平
6. 曾到登革熱流行地區的旅遊人士，返港後如有不適，應盡快求診，並告知醫生曾經到過的地區，以協助診斷。

關於使用昆蟲驅避劑的詳情，請參閱「[使用昆蟲驅避劑的注意事項](#)」。

有關更多防治蚊子滋生的資料，請瀏覽食物環境衛生署網頁：

http://www.fehd.gov.hk/tc_chi/safefood/handbook_prev_mos_breeding.html

如發現公眾地方有蚊子滋生，可致電食物環境衛生署 24 小時熱線 2868 0000 舉報 (此熱線現已由「1823 電話中心」代為接聽)。