手足口病（HFMD）

什么是手足口病？

手足口病（HFMD）是一种因，肠道病毒属（群）病毒造成的皮疹类疾病。这些病毒包括脊髓灰质炎病毒、柯萨奇病毒、回声病毒和肠道病毒。

谁会得 HFMD？

HFMD 是一种常见的病毒性疾病，通常会感染婴儿和五岁以下的儿童。但是，有时较大儿童和成年人也会发病。

HFMD 是如何传播的？

HFMD 会通过人与人之间的直接接触传播病毒，感染疾病。这些病毒广泛存在于感染者鼻子和喉咙的分泌物（如唾液、痰液或鼻涕）、水泡中的液体和粪便中。当感染者接触物体（如玩具），然后其他人接触到表面时，病毒也会传播。

HFMD 有哪些症状？

HFMD 通常从发烧、食欲减退，普通的不适感（萎靡不振）和嗓子疼开始。发烧开始后一或两天，嗓子疼通常会发展到口内，皮疹开始出现。皮疹通常会出现在手掌和脚底，但也可能出现在膝盖、肘部、臀部或生殖器部位。

接触后多久会产生症状？

症状通常会在接触 3-5 天后出现。

HMFD 是如何诊断的？

HFMD 是造成口腔溃疡的多种感染之一。医护工作者应通过审视患者的年龄、报告的其他症状以及口腔溃疡的样子，来确定口腔溃疡是否由手足口病引起。根据症状的严重程度，可以从喉咙或粪便中采集样本，并送往实验室检测病毒。

一个人传播疾病的时间有多久？

感染者在患病第一周内的传染性最强。在症状消失后，造成 HMFD 的病毒仍会留在身体内几周。这意味着感染者仍然会传染他人，即使他们看上去一切正常。有些感染者，尤其是成年人，可能完全没有症状，但是仍然能够将病毒传染给他人。

HFMD 需要哪种治疗？

HFMD 没有特定的治疗方法。可以进行治疗，缓解发烧或疼痛，且病人应摄入足够液体。担心自己症状的人可以联系其医护人员。

该采取哪些措施来防止 HFMD 传播？

人们可以通过下列方式降低感染风险：

- 用肥皂和清水勤洗手，尤其是在换尿布，上厕所，擤鼻涕，咳嗽或打喷嚏之后，以及在照顾病人前后。
- 对包括玩具在内的脏污表面和被弄脏的物品进行消毒。首先，用肥皂和清水清洗物品，然后用消毒液进行消毒（根据消毒剂容器上的说明制备）。
- 应避免亲密接触，如亲吻、拥抱，或与 HFMD 患者共用餐具或杯子。

得了 HFMD 的人是否应当休假或休学/幼儿园？

HFMD 会在存在大量近距离接触的环境中引发疫情，幼儿园环境中。为了防止传染他人，患有 HFMD 的儿童在未用退烧药退烧后至少 24 小时内，不得上学或前往幼儿园。如果皮疹仍然存在，请与孩子的医护人员沟通，了解需等待皮疹消退多久才能回到学校或幼儿园。溃疡破裂渗液的儿童，不得前往学校或幼儿园。

我该如何更多了解 HFMD？

- 如果您对 HFMD 有任何疑问，请联系您的医护人员。
- 请致电您本地的卫生部门。本地医疗部门的目录，请见 VDH 本地医疗区域页面。
- 请访问疾病控制和预防中心网站，即 CDC 的 HFMD 页面。

2023 年 8 月