**附件：**

**诺如病毒感染预防知识**

诺如病毒是急性肠胃炎最常见的病原体，该病毒基因多样且高度变异，每隔数年就会出现新变异株，人一生中可多次感染。诺如病毒感染通常表现为自限性疾病，预后良好。

1. **临床特征：**

最常见的症状是腹泻、呕吐、反胃、恶心和胃痛，其他包括发热、头痛和全身酸痛等。多数患者发病后1-3天即可康复。如频繁呕吐或腹泻，可导致脱水，引起严重的健康问题，尤其常见于幼小儿童、老年人和基础性疾病患者。脱水主要表现为少尿、口干、咽干、站立时感头晕目眩，在儿童中可表现为啼哭无泪或少泪、异常瞌睡或烦躁。

1. **传播途径**

诺如病毒传染性强，所有人群均易感。病人发病前至康复后两周，均可在粪便中检到诺如病毒，但患病期和康复后三天内是传染性最强的时期。通常通过以下途径获得感染：

1. 食用或饮用被诺如病毒污染的食物或水；
2. 触摸被诺如病毒污染的物体或表面，然后将手指放入口中；
3. 接触过诺如病毒感染患者，如照顾患者、与患者分享食物或共用餐具；

诺如病毒在密闭场所中（如托幼机构、幼儿园、学校、养老院、游船等）传播速度快，易引起暴发。

1. **预防措施**
2. 注意个人卫生，勤洗手，用肥皂或含氯消毒液洗手，特别是在进食和加工食物前。
3. 水果和蔬菜食用前应认真清洗，牡蛎和其他贝类海产品应深度加工后食用。不吃生冷食品和未煮熟煮透的食物，减少到校外的餐厅就餐，特别是无牌无证的街边小店。诺如病毒抵抗力较强，在60℃高温或经快速汽蒸仍可存活。
4. 诺如病毒感染者应远离厨房或食物加工场所。
5. 诺如病毒感染病人患病期至康复后3天内不能从事加工食物或为其他患者陪护。
6. 及时用含氯漂白剂或其他有效消毒剂清洗消毒被患者呕吐物或粪便污染的表面，立即脱掉和清洗被污染的衣物或床单等，清洗时应戴上橡胶或一次性手套，并在清洗后认真洗手。