

苏州市教育局

苏教体卫艺教函〔2016〕46号

十月份疾病风险提示

十月份本市进入了流行性感冒和肠道传染病的高发季节，师生应予以防范。

一、流行性感冒

风险等级：高

疾病特点：10月正处秋季，昼夜温差大，是流行性感冒的高发季节。同时10月又正值国庆长假，秋高气爽，市民出游多，人员流动性大，一些旅游景点和公共场所将出现人员密集现象，这也加大了流行性感冒发生的风险。

预防措施：注意个人卫生，勤洗手；咳嗽、打喷嚏时要捂住口鼻；节日期间做好个人防护，尽量少去人群聚集场所；保持室内空气流通；根据气温变化，及时增减衣服；出现可疑症状及时就医。

二、肠道传染病

风险等级：中

疾病特点：10月国庆长假期间，市民外出聚餐机会增加，同时近期气温仍然较高，各类细菌、病毒生长繁殖较快，水

源、食物、环境易受污染，如不注意饮食卫生，加强防范，容易引起发病，甚至暴发或流行。

预防措施：勤洗手，不随地吐痰，不饮生水，不生食海鲜，慎食凉菜，不吃过夜以及腐败食物，瓜果清洗干净再食用，餐前洗手。尽量避免大型聚餐的机会，隔夜饭菜要热透后食用。经常锻炼身体，注意均衡饮食，劳逸结合，提高自身抗病能力。

苏州市教育局体卫艺教处
2016年9月29日

