



关于登革热， 你需要知道这些

◎河池市金城江区疾病预防控制中心 陈业汝

登革热是由登革病毒引起的急性传染病，主要通过特定蚊子叮咬传播。随着气候变化和城市化，其已成为全球重要公共卫生问题。本文将从病因、传播、症状、预防及应对等方面展开科普，助你科学防护。

1. 什么是登革热？

登革热是由登革病毒（DENV）引发，属于黄病毒科，共有四种血清型（DEN-1至DEN-4）。感染某一血清型后，人体可获得终身免疫，但对其他血清型仅具短暂交叉免疫，这意味着可能二次感染不同型别病毒。

2. 如何传播？

传播媒介：主要通过埃及伊蚊和白纹伊蚊传播，这两种蚊子偏爱在人类居住环境的干净静水中产卵。埃及伊蚊主要在白天活动，喜欢在人类居住环境中产卵；白纹伊蚊又称亚洲虎蚊，同样在白天活动，能适应多种环境条件。

传播链：蚊子叮咬患者后携带病毒，再次叮咬健康人时传播。人与人不直接传染，需通过蚊子媒介。

3. 登革热有什么表现？

潜伏期：通常4~7天，症状因人而异。典型症状如下：（1）突发高热。发病突然，有畏寒、发热、疲乏、恶心、呕吐等症状，体温一两天内会升高到39℃~40℃，且常持续一周不退；（2）三痛症状。头痛、眼眶痛、肌肉关节痛（“骨痛热”之称来源）；（3）皮肤发红。面部、颈部、胸部及四肢充血，类似“醉酒貌”，可伴眼结膜充血、淋巴结肿大；（4）皮疹。病程5~7

天出现麻疹样或出血性皮疹，多见于四肢、躯干，伴瘙痒；（5）轻度出血。可能会有轻微出血现象，如牙龈出血或皮肤下出血点；（6）重症风险。少数病例可进展为登革出血热（DHF）或登革休克综合征（DSS），需紧急就医。

4. 如何科学预防？

核心：防蚊灭蚊。目前虽有疫苗可用于预防登革热，但并不适用于所有人，且效果有限，所以防蚊灭蚊是关键。（1）清除积水：蚊子尤其是埃及伊蚊和白纹伊蚊喜欢在静止积水中产卵，定期检查并清理家庭和社区周围的积水区域是预防第一步。室外要检查并倒掉花盆托盘、宠物饮水碗、雨桶等可能积水的地方；室内要注意检查水槽、浴缸、洗衣机等处是否有积水。（2）居家防护：在家中采取简单措施可有效减少蚊虫进入。安装纱窗纱门，确保门窗关闭时能阻挡蚊虫；睡觉时使用蚊帐，尤其在蚊虫活动频繁的季节。（3）个人防护：外出时采取必要措施可大大降低被蚊子叮咬的风险。使用含有避蚊胺、派卡瑞丁等成分的驱蚊剂；户外活动穿长袖长裤，浅色衣物更佳。（4）户外活动：在户外活动时要特别注意防护，避免在黄昏和黎明时活动，这段时间蚊子活动最频繁；在露营或其他户外活动中，使用驱

蚊灯或电蚊拍等设备。（5）社区参与：定期参与社区组织的清洁行动，帮助清除公共区域的积水；向邻居和朋友分享登革热预防知识，共同营造健康居住环境。（6）监测与响应：即使采取了所有预防措施，仍有可能感染登革热，所以了解并留意症状很重要，要熟悉登革热的常见症状，如高烧、头痛、肌肉疼痛和皮疹等；若出现疑似症状，应立即就医，并告知医生近期是否有蚊虫叮咬史。

5. 被蚊子咬后如何处理？

刚被蚊子叮咬时，用冰块冷敷或轻轻拍打，再涂抹清凉油、炉甘石洗剂等外用药，一般15分钟后瘙痒感就会明显消退。若局部起大包，可以把湿毛巾放入冰箱后敷在被叮咬部位，每2~3小时一次，每次20分钟左右。若已经红肿发炎、溃烂，可使用红霉素软膏等预防感染；若伴有发烧、寒战等症状，建议及时就医。

6. 确诊登革热需要隔离吗？

需隔离治疗：患者需在医院防蚊环境下隔离，避免蚊子叮咬传播病毒，隔离期一般为5天。病程超过5天且热退24小时以上，临床症状缓解可出院。

7. 如何治疗登革热？

目前无特效药，以对症支持治疗为主。充分休息：保证睡眠，增强免疫力。补液防脱水：多喝水或口服补液盐，避免电解质紊乱。退热止痛：使用对乙酰氨基酚（扑热息痛）缓解症状，禁用阿司匹林（可能增加出血风险）。重症救治：密切监测病情，如出现出血、休克等，需住院接受血浆治疗或抗休克治疗。

关键提醒：感染过某一血清型后，仍可能因其他型别病毒感染引发重症，需格外警惕。若出现高热伴头痛、骨痛、皮疹等症状，务必尽快就诊，避免延误治疗。📞