

## 二、个人防护，远离蚊虫叮咬

- **居家防护：**安装纱门、纱窗和蚊帐，可用电蚊拍、蚊香等。



- **外出防护：**避开早晚两个时段的伊蚊活动高峰期，减少外出、逗留。穿浅色长袖衣裤，减少皮肤暴露或在外露皮肤涂抹正规驱蚊水；避开草丛、树荫、积水旁等蚊虫密集处。



## 三、早就医、严隔离，防止传播

- 出现疑似症状，应及时到正规医院就诊，主动告知蚊虫叮咬史，不要硬扛、不要乱吃药。
- 病人发烧期间，做好防蚊隔离，避免再次被蚊子叮咬，防止病毒传给家人和邻里。
- 患病后遵医嘱，注意休息，不做重体力活，配合治疗和流调工作。



## 登革热个人防护口诀

盆罐倒扣，蚊子断根

蚊帐纱窗，喷雾护身

长衣长裤，避开草丛

发热就医，不要硬扛

**蚊仔啲一只，登革远一分**

科学防控登革热，守护海南居民健康！

转发周知，让家人朋友远离伊蚊危害！



世界银行贷款预防、准备与应对新发传染病项目海南省项目  
(全球“全健康”海南示范项目)

《基于全健康的卫生领域种子人才现况调研及培训》

咨询服务项目组

海南省疾病预防控制中心 宣

海南登革热防控手册

# 蚊仔啲一只 登革远一分

——严防登革热，守护海南全健康——

- 登革热——我国乙类法定传染病
- 5—11月高发 7—9月高峰
- 防控要点：清积水、灭成蚊、防叮咬、早就医



## 疫情预警 了解登革热

### ! 气温升高, 蚊虫增多, 登革热风险来袭

据世界卫生组织数据, 登革热在东南亚、南美洲等100多个地区常年流行。仅2025年1-7月, 全球报告登革热病例超400万例, 死亡病例超3000例, 境外疫情严峻。

海南地处热带, 输入风险高, 人群普遍易感, 防控至关重要。

## 什么是登革热?

登革热(俗称“断骨热”)是我国乙类法定传染病, 由登革病毒引起, 通过蚊子叮咬传播, 发病急、传播快, 在我国主要流行于海南、广东、广西等地。

### 传播元凶: “花蚊子”

登革热通过伊蚊叮咬登革病毒感染者后(病毒在体内繁殖8—10天), 再叮咬健康人进行传播。



- 在海南, 传播登革热的主要是**白纹伊蚊**、**埃及伊蚊**, 俗称花蚊子、花斑蚊, 身上有**黑白花纹**, 辨识度高。
- 多出没于**清晨**、**傍晚**; 喜在清水中产卵, 就近滋生和叮咬。

## 认清症状 重症警示

登革热是一种全身性疾病, 症状多为突起发热、全身疼痛、皮疹、出血及白细胞减少等, 多数病例病情较轻。

### 典型症状: 三红三痛伴高烧

- 发高烧: 24-36小时内体温可升高至39°C-40°C, 持续时间较长, 普通退烧药效果差。
- 三红征: 脸、颈、胸口潮红。
- 三痛: 剧烈头痛, 全身关节痛、肌肉酸痛。
- 皮疹: 发病几天后出现, 出现充血性皮疹或点状出血皮疹, 可能伴随轻微瘙痒。



### 被蚊虫叮咬后如何处理?

被蚊子咬了, 皮肤发痒, 可涂抹清凉油、风油精止痒消炎; 如果局部红肿感染、发烧起疹, 要及时去医院就诊, 不要自行抓挠拖延。

### 出现这些重症症状, 请立即就医

- 持续剧烈腹痛, 无法缓解。
- 频繁呕吐, 甚至呕血、便血。
- 异常出血: 流鼻血、牙龈出血、皮肤有出血点。
- 精神萎靡、嗜睡烦躁, 尿量明显减少。

特别注意: **老年人**, 妊娠晚期的**孕妇**, 有糖尿病、高血压、冠心病等**基础性疾病者**, **肥胖**或**严重营养不良者**, 以及**二次感染者**, 感染登革病毒后出现重症的风险更高。

## 科学防控 全民行动

## 如何预防登革热?

目前登革热没有特效药, 也没有广泛使用的疫苗, 做好防蚊灭蚊, 就是最好的预防。及时治疗、隔离, 也能防止病毒扩散。



### 一、源头清积水, 断绝蚊幼虫

- 管好储水:** 清空或倒扣房前屋后瓶罐、椰子壳等闲置容器, 不存积水; 带幼虫的积水倒在干燥地面晒干, 不要倒入下水道; 水缸、水桶严密封盖, 定期每周更换水1-2次, 洗净底部。
- 清理死角:** 清除垃圾杂物, 疏通排水沟, 保持院落干爽; 易积水区泥土、石灰封堵。
- 生物灭蚊:** 景观池可放小鱼小虾, 吃掉蚊子幼虫。



### ! 外出返乡特别提醒

据出境旅游、外地务工返乡后, 2周内出现发热症状, 立即就医, 并主动告知医生旅行史、旅居史, 防止延误病情。