

疾控专家教你认清病毒性肝炎

甲乙丙丁戊，戊肝发病率最高

YMG全媒体记者 张莘
通讯员 王朝霞 曾颖雪
步岩涵

7月28日是第14个“世界肝炎日”，宣传主题是“消除肝炎，积极行动”。肝炎分为甲肝、乙肝、丙肝、丁肝和戊肝。昨天，市疾控中心专家详细解读部分类型病毒性肝炎传播途径、主要症状以及预防措施，帮助市民更好地了解病毒性肝炎，从而有效预防。



甲肝没有特效药物，做好预防很重要

甲肝是由甲型肝炎病毒引起的、以肝脏损害为主的传染病。甲肝主要经粪-口途径传播，容易形成暴发及流行。甲肝传染源通常是急性期病人、亚临床型感染者和隐性感染者，病毒从感染者的尿液、呕吐物、粪便中排出，污染食物(如贝

类水产)、餐具、水源等引起感染。甲肝的潜伏期平均30天，主要表现为发热、恶心、呕吐、食欲下降、腹泻、乏力、尿黄等。甲肝的临床症状与年龄密切相关，幼童通常为隐性感染，大龄儿童与成人有症状感染。

目前甲肝没有特效药物，

做好预防尤其重要。接种甲肝疫苗是最经济有效的预防措施。甲肝疫苗已纳入国家免疫规划，1.5岁儿童可免费接种一剂甲肝减毒活疫苗，其余人群可选择自费接种两剂甲肝灭活疫苗。

此外，防止病从口入，贝类

等海产品要煮熟再食用，蔬菜和水果食用前要充分洗净，不喝生水。生食与熟食菜板、刀具的使用和存放要分开，加强饮食、水源及粪便的管理，做好食品卫生、食具消毒等工作。勤洗手，注意个人卫生，养成良好的卫生习惯。

乙肝接种疫苗后可获长久免疫保护

乙肝是由乙型肝炎病毒引起的以肝脏病变为主的一种传染病。乙肝的传染源为急性、慢性乙肝病人和无症状病毒携带者，主要有母婴传播、血液传播、性传播三种传播方式，不经消化道和呼吸道传播。所以日常拥抱、握手、同住一宿舍、同一餐厅用餐和共用厕所等无血液暴露的接触，不会传染乙肝。

乙肝患者主要表现为疲乏无力、厌食，少数病人有恶

心、呕吐、无黄疸或有轻度黄疸。临床上常见的乙肝主要以慢性HBV感染为主，包括慢性乙型肝炎及HBV携带者。急性乙型肝炎较少见。乙肝早期往往不易被识别，如果迁延不愈，在人体抵抗力下降时会反复发作，最终可发展为肝硬化、肝腹水、肝癌。乙肝目前尚无治愈方法，所以做好预防非常重要。

接种乙肝疫苗是预防乙

肝最经济、最有效的措施。我国已将乙肝疫苗纳入国家儿童免疫程序，按0、1、6免疫程序接种。母婴传播是乙肝病毒感染的最主要传播途径之一。感染乙肝病毒的年龄越小，转为慢性感染的机会越大，新生儿感染后大约90%转为慢性感染，所以新生儿及时、全程接种乙肝疫苗是预防母婴传播的关键环节。如果母亲携带乙型肝炎病毒，分娩

的新生儿应当尽早接种乙肝免疫球蛋白及乙肝疫苗。成年人中的高危人群，包括医务人员、乙肝病毒感染者家属、经常接触血液或血制品的人员，也应当积极主动接种乙肝疫苗。乙肝疫苗接种后可以获得长久的免疫保护。

此外，养成良好的个人卫生习惯，如不共用牙刷、毛巾、剃须刀等私人物品，不去没有消毒条件的牙科诊所拔牙等。

戊肝是人畜共患的传染病

戊肝是由戊型肝炎病毒感染引起的、以肝脏损害为主的传染病。戊肝被发现得最晚，在五型肝炎病毒中排行老五，但并不意味着戊肝病毒毒力最弱。近年来，戊肝发病率已经上升到急性病毒性肝炎的第1位。

戊肝主要症状为食欲减退、乏力、恶心、呕吐、腹胀、肝区痛、尿色加深、黄疸等，少数

可伴发热。戊肝多发生于中老年人，男性较女性易发生，与男性饮酒、吸烟等生活习惯有关。老年人或者孕妇感染戊肝后症状大多较重，病死率较高。戊肝主要通过消化道传播，是一种人畜共患的传染病。猪、牛等主要的肉食来源可以携带戊肝病毒，贝类、牡蛎、蛤等水产品也可以携带戊肝病毒。加工猪肉时用具没有

生熟分开，生食或进食未熟透的含戊肝病毒的动物内脏、毛蚶、花蛤等贝壳类海产品，都有可能感染戊肝病毒。

戊肝可防可治。在日常生活中要把好“入口”关，平时注意饮食卫生，饮用干净的水源，食物一定要煮熟煮透，特别是各种海产品和肉类，杜绝生吃、半生吃。饭前便后要洗手，生熟厨具分开，在外就餐注意选

择卫生条件有保障的餐馆。接种疫苗是预防戊肝最经济、最直接、最有效的手段。戊肝疫苗的接种程序为0、1、6，对16岁以上人群安全有效。尤其推荐重点高风险人群，如基础肝病者(慢乙肝、丙肝患者、乙肝携带者等)、畜牧养殖者、餐饮业人员、聚集性人群(部队、学生)、以及育龄期妇女、老年人等进行疫苗接种。

慢性呼吸系统疾病防治行动实施方案公布

国家卫生健康委等多个部门联合制定了《健康中国行动——糖尿病防治行动实施方案(2024-2030年)》《健康中国行动——慢性呼吸系统疾病防治行动实施方案(2024-2030年)》，7月29日正式公布。

实施健康优先发展战略!这是继癌症、心脑血管疾病之后，我国再次发布的重大慢性病防治行动实施方案。面对人民群众健康新期待，针对多种重大慢性病，健康中国行动持续再深入、任务目标再细化，推进“以治病为中心”向“以健康为中心”转变。

《“健康中国2030”规划纲要》提出实施慢性病综合防控战略，到2030年实现全人群、全生命周期的慢性病健康管理。

据新华社

中伏要防四种病

俗话说：“夏有三伏，热在中伏”，今年中伏时间为7月25日-8月13日，20天。中伏要防四种病。

心血管疾病：一不小心要人命。夏天是心脑血管疾病的高发期，尤其是三伏天这段时间，气温飙升，当气温达到35℃以上，心脑血管疾病的死亡率会明显上升。

中暑：热射病死亡率高达60%。夏季天气炎热、气温高，人体易中暑。其中，表现最严重、死亡率最高的中暑叫做热射病，死亡率高达60%。

面瘫：空调直吹易面瘫。夏天，很多人都离不开空调，但如果将空调或者电风扇对着人直吹，容易令风寒之邪侵犯面部，出现面瘫，即面部神经炎。面瘫患者常常会出现面部神经麻痹，严重时嘴歪眼斜。

肠炎：不注意很遭罪。夏季是人体消化功能比较弱的季节，自身的抵抗力和对气候适应性下降。同时，闷热的天气适宜细菌繁殖，从而使腹泻、肠炎成为夏季常见的消化道系统疾病。

据央视

毓璜顶医院成功承办
山东省医院院长大会医院标准化管理研讨会

本报讯(YMG全媒体记者刘晋 通讯员 李成修 崔方荣)7月27日，由山东省医院协会主办，烟台毓璜顶医院承办、山东省医院协会护理管理专委会协办的第十五届山东省医院院长大会医院标准化管理研讨会在济南召开。众多专家、学者齐聚一堂，共同探索标准化体系推动下医院的高质量发展之路。

开幕式上，烟台毓璜顶医院党委副书记、院长宋西成致辞。他表示，标准化是现代医院管理

的重要手段和路径，医院标准化建设借助于信息化技术和手段，能够有效提升医疗质量和安全管理，保证医疗同质性。烟台毓璜顶医院作为山东省医院协会医院标准化专业委员会牵头单位，将以此为契机，进一步推广医院标准化管理新思路、新理念、新方法，努力推动全省医院标准化管理水平的提升。

山东省医院协会副会长、滨州医学院党委委员、副院长赵景刚高度赞扬了烟台毓璜顶医院

在推动我省医院标准化管理方面所取得的成就。他认为，医院护理管理工作是医院管理工作的重要组成部分。加强医院护理管理工作，不仅有利于提升医院医疗水平，而且有利于构建和谐医患关系。赵景刚希望与会能够通过本次论坛深入交流互通，共同助力医院实现高质量、跨越式发展，为人民群众提供更加优质、高效的医疗服务。

开幕式由烟台毓璜顶医院党委副书记周喜强主持。

在学术交流环节，烟台毓璜顶医院党委副书记、院长宋西成分享了烟台毓璜顶医院在以信息化为助力的管理模式下的，在医疗、管理、科研、创新等方面的转变与提升；烟台毓璜顶医院党委副书记周喜强分享了医院在推进安全生产管理标准化、深化风险分级管控和隐患排查治理、实现安全生产管理关口前移等方面的成功经验；北京友谊医院院长助理、护理部主任任路金铠以线上方式介

绍了该院护理团队在护理标准化管理模式下的创新举措与成效；烟台毓璜顶医院护理部主任朱永健分享了医院在标准化临床护理实践中的思考。

本次研讨会主题鲜明、内容丰富。虽是异地办会，但现场座无虚席。专家、学者的授课为与会者提供了宝贵的启示和借鉴。大家纷纷表示，将积极推动医院标准化管理工作的深入开展，为医院高质量发展贡献力量。