



5月开始逐渐增多,7月到9月将是高发时期

# 预防登革热 “防蚊大招”请收好

随着夏日的脚步渐近,气温不断攀升,蚊虫也开始频繁出没。然而,在这个美好的季节里,一个“隐形杀手”正悄然来袭——登革热。作为全球传播最广泛的蚊媒传染病之一,登革热在我省即将进入疫情高发期。面对这一严峻形势,我们不仅要提高警惕,更要做好防蚊措施,确保自己和家人的健康。今天,我们就来一起探讨如何有效预防登革热,守护我们的健康家园。

**健康福建 科普先行**  
福建省卫健委 海峡都市报 联合出品



杰清/漫画

## 人与人不会传播 被携病毒的蚊子叮咬而感染

登革热是由登革病毒引起的急性传染病,是被携带有登革病毒的蚊子叮咬而感染导致。它在我国的传播路径清晰而独特——由境外输入引起本土传播,并在夏秋季这个温暖的季节里大肆流行,一般5月份开始逐渐增多,每年的7月到9月是高发时期。登革病毒只寄宿在白

纹伊蚊和埃及伊蚊这两种“花斑蚊”身上,它们通过叮咬人体,将病毒悄无声息地传递给健康人。

值得注意的是,登革热并不会在人与人之间直接传播,它的传播路径始终遵循着“病人/隐性感染者→蚊→健康人”的规律。隐性感染者是指部分人感染登革病毒

后,病毒在血液中存在但不发病。而且,感染登革病毒后,人体会对同型病毒产生持久免疫力,但对异型病毒却无能为力,若再次感染不同型病毒,可能导致临床症状加重。登革热被世界卫生组织列为目前全球最严重的病媒传播疾病,在我国属于法定乙类传染病。

## 感染后可“热、痛、红、疹”及时就医对症处理

登革热的症状可以用四个字来概括——“热、痛、红、疹”。一旦被带有登革病毒的蚊子叮咬,经历潜伏期一般为2~14天,多数5~8天后,短时间内出现高热,伴有头痛、眼眶痛及全身肌肉、骨骼和关节疼痛等症状。此外,还可

能会出现不同程度的出血现象,如皮下或黏膜出血等。而皮疹则是登革热的典型症状之一,它通常分布在四肢躯干或头面部。

然而,登革热的症状并非仅此而已。在病程的第3~8天,可能会出现腹部剧痛、持续呕吐、球结膜水

肿、胸腔积液和腹水等状况。重症患者甚至可能出现心律失常、呼吸困难、谵妄抽搐、昏迷、少尿或无尿、深度黄疸等严重脏器损害的表现。登革热没有特效药,面对这些症状,我们要及时就医,根据医生的建议进行治疗。

## 尚无登革热疫苗可用 要有效避免被蚊虫叮咬

我国目前尚无登革热疫苗可用。面对登革热的威胁,避免蚊虫叮咬和有效杀灭蚊虫是登革热最为有效的防控措施。

首先,要清除积水,盖紧贮水器皿,确保所在区域没有积水,及时清理垃圾,防止蚊虫滋生。其次,在居住场所安装纱门纱窗、通道装上防蚊网;在睡觉时挂设蚊帐、使用灭蚊灯或点燃蚊香驱蚊。

此外,在户外活动时

也要做好防护措施。在皮肤裸露部分涂上驱避剂或驱蚊花露水,尽可能穿浅色长袖衣长裤都能有效减少蚊虫叮咬的风险。同时,要避免在“花斑蚊”出没的频繁时段(早上8、9时,傍晚5、6时)在树荫、草丛、凉亭等户外阴暗处逗留。

最后,我们要早发现患者,并对患者实行防蚊隔离措施。如果您在出国期间或者回国的两周

内出现了以上提到的症状,要及时去医院,主动向医生说明出国史或旅游史,有无被蚊虫叮咬,以及同行人员的健康状况,以便医院准确诊疗,疾控部门及时采取防控措施。

总之,想要避免感染登革热,最重要的还是要从源头防止被蚊虫叮咬!

(本文由福建省疾病预防控制中心健康教育促进所林竹撰稿)

# 被蚊子叮咬后 为何有人起红点

## 有人起大包?

北京青年报

立夏之后,气温升高的同时,蚊子又开始蠢蠢欲动了!蚊子这些小东西,让人恨得牙痒痒,却又无可奈何。恼人的嗡嗡声在耳边回荡,不仅干扰我们的生活,还会在我们的身体上留下独特的“印记”。这些“印记”有时表现为显眼的大包,有时则是小小的红点。那么,这背后到底隐藏着怎样的奥秘呢?



### 蚊子是如何吸血的?

蚊子首先会利用其天赋异禀的嗅觉,通过人呼出的二氧化碳与排出的体液寻找合适的目标。当找到目标后,蚊子会将尖锐的口器刺入人的皮肤。

蚊子的口器其实是由

多个部分组成的复杂结构。蚊子头部共有六根“针”,其中两根带锯齿的是作案的主要工具。

其中包括可以切开皮肤的“刀”,以及用来寻找血管的探测结构。当找到血

管后,蚊子会通过口器中的管道将含有抗凝血物质的唾液注入伤口处,以防止血液凝固,便于其吸食。然后,蚊子利用肌肉的收缩和舒张,将血液吸入到自己的体内。

## 被蚊子叮咬后呈现出不同的状况 与蚊虫的毒性和免疫系统有关

吸血完成后,蚊子会飞走,而被叮咬处可能会出现瘙痒、红肿等反应,这主要是因为蚊子释放出的一些特殊物质引起的免疫反应。

被蚊子叮咬后呈现出不同的状况,有的人是面积较大的包,有的人是较小的红点,其中的缘由主要与蚊虫的毒性和我们自身免疫系统的反应程度有关。

免疫系统的构成要素包括免疫细胞、免疫器官以及免疫物质,其主要职责是与外来病原体及体内变异细胞展开斗争,以此保障人

体的健康状态。在正常人体的诸如血液、组织液、分泌液等各种体液中,存在着许多具备杀伤或抑制病原体效能的物质,比如溶菌酶、防御素、吞噬细胞杀菌素、组蛋白之类。当病菌、病原体等致病微生物侵入人体后,免疫系统中的巨噬细胞会首先将其分解成一个个片段,接着在自身表面呈现出来,成为抗原。

当病原体进入机体的血液、淋巴液等部位时,B细胞(源自骨髓的淋巴细胞,参与体液免疫)会因受

到外部抗原的刺激而改变形态,使体积增大,转变成浆细胞,可分泌抗体来专门结合并清除抗原,从而发挥体液免疫功能;而当病原体进入细胞内部时,T细胞(来源于胸腺的淋巴细胞,参与细胞免疫)能够发挥细胞毒性作用,对抗原或异物进行清理,维护人体健康。在感染首次被抑制住以后,免疫系统会对该致病物质留下记忆,这样以后如果再碰到相同致病物质入侵时就能准确且快速地做出回应。

## 如果频繁地被同种蚊子叮咬 免疫系统的反应会逐渐变得“麻木”

一般来说,被毒性较强的蚊虫(如花蚊)叮咬后,身体会出现较为强烈的症状和瘙痒感。如果你以前从未被某种蚊子叮咬过,那么初次遭遇时,情况会更加特别。当蚊子将口器插入你皮下组织的血管中时,它会从唾液腺中分泌出一些物质,这些物质的作用是防止血液凝固,确保口器能够顺利拔出。当蚊子完成吸血并将口器拔出后,毛细血管会出血,形成一个小淤点。再加上蚊子的分泌物,它们共同作用,引发

了轻微的炎症反应,于是我们看到的便是一个小红点。

在这个时候,由于我们的免疫系统还未能识别这种“外来事物”,所以并不会立即形成蚊子包。然而,免疫系统并非无动于衷,它会默默记住这个“不速之客”。当再一次再遇到同一种蚊子叮咬时,免疫系统就会迅速做出反应,在几秒钟内召集众多免疫细胞。这些免疫细胞会产生组胺、细胞因子等物质,它们就像是“信号兵”,传递着身体

的指令。组胺会导致毛细血管扩张,进而产生瘙痒感;而细胞因子则会进一步诱发炎症,于是原本的小红点就演变成了又大又痒的蚊子包。

有趣的是,如果你频繁地被同种蚊子叮咬,免疫系统的反应也会逐渐变得“麻木”。就像久经沙场的战士,对于熟悉的敌人逐渐习以为常,不再产生强烈的反应。这也就解释了为什么随着时间的推移,身体对于蚊子叮咬的反应会逐渐减小,蚊子包也不再那么明显。

## 蚊子留下的大包红点 该如何处理

当不小心被蚊子叮咬后,针对大包和小红点,我们也需要采取相应的处理方法。对于大包,可以采用冷敷的方式来减轻肿胀和瘙痒,冷敷能够收缩血管,缓解炎症反应。对于

小红点,可以涂抹一些止痒药膏,帮助缓解瘙痒感。但需要注意的是,千万不要过度搔抓,因为搔抓不仅会加剧瘙痒,还可能导致皮肤破损,引发感染。一旦发生感染,可能

会带来更严重的后果。

总之,了解蚊虫叮咬的相关知识和注意事项是非常重要的。通过深入了解蚊子叮咬的原理和应对方法,我们能够更好地保护自己,减少被蚊虫叮咬的困扰。