

# 了解事实：病毒性脑膜炎

## 什么是病毒性脑膜炎？

脑膜炎是一种传染病，会导致覆盖大脑和脊髓的保护膜发炎。病毒性脑膜炎是最常见的脑膜炎形式。

## 有哪些体征和症状？

病毒性脑膜炎通常不如细菌性脑膜炎严重，大多数人无需治疗即可康复。对于婴儿，病毒性脑膜炎的症状包括发烧、烦躁、饮食欠佳、嗜睡或难以从睡眠中醒来以及缺乏活力。成人的常见症状包括发烧、头痛、颈部僵硬、对强光敏感、困倦或难以从睡眠中醒来、恶心、呕吐、食欲不振和缺乏活力。

## 此病会持续多久？

此病通常持续不到四天，但也可能持续一到十天。

## 病毒性脑膜炎如何传播？

病毒性脑膜炎通过密切接触感染者的呼吸道分泌物进行传播。从呼吸道排出的病毒可存活一周，而从粪便排出的病毒可存活数周。

## 哪些人群有感染病毒性脑膜炎的风险？

病毒性脑膜炎可能发生在任何年龄，但 5 岁以下儿童以及免疫系统功能低下者的患病风险会更高。

## 有哪些预防措施和治疗方法？

目前没有可以预防病毒性脑膜炎的疫苗。最有效的预防措施是保持良好的卫生习惯，其中包括：

- 勤洗手，尤其是换尿布、上厕所或擤鼻涕之后；
- 避免用不干净的手触摸自己的脸部；
- 避免亲吻、拥抱等亲密接触；
- 不与患者共用水杯或餐具；
- 对玩具和门把手等经常接触的表面进行彻底清洁和消毒；以及
- 生病时待在家里。

病毒性脑膜炎没有专门的治疗方法。不过，大多数人可在 7 至 10 天内完全自行康复。根据致病病毒，有些人可能需要接受抗病毒治疗才会好转。因此，如出现脑膜炎感染症状，应立即咨询医护人员，这一点至关重要。

## 学校该如何应对？

- 通知接触到病源的家庭和工作人员关注症状；
- 指导和敦促学生及工作人员保持良好的手部卫生习惯；
- 建议出现脑膜炎症状的所有人尽快前去看医疗保健提供者，因为有些类型的脑膜炎可能非常严重。

## 隔离建议有哪些？

脑膜炎疑似感染者应尽快隔离。他们必须经医疗保健提供者批准才能返回学校。

有关更多信息，请访问 <http://www.cdc.gov/meningitis/viral.html>。

---

包含下方 PDF 中使用的图片：

