

了解事实

人类鼻病毒

什么是人类鼻病毒？

人类鼻病毒 (Human rhinoviruses, HRV) 是一些与儿童和婴儿呼吸道感染息息相关的最常见病毒。HRV 可能导致免疫系统较弱的人群（例如老年人）罹患肺炎。HRV 是普通感冒的常见病因，也是哮喘发作的主要触发因子，并与鼻窦和耳部感染有关。

有哪些症状？

HRV 的症状与普通感冒一样，其中包括喉咙痛、流鼻涕、咳嗽、打喷嚏、流泪、头痛和身体疼痛。

此病会持续多久？

大多数人可在约 7 至 10 天内康复。

人类鼻病毒如何传播？

鼻病毒的传播途径包括人际接触、用被污染的手部接触自己的口腔，或者通过房内被污染的空气传播。

哪些人群有感染人类鼻病毒的风险？

幼童有可能因病毒性上呼吸道感染 (Upper Respiratory Infection, URI) 而罹患重症，其他人群的症状往往较为轻微。示例包括流感病毒、呼吸道合胞病毒 (Respiratory Syncytial Virus, RSV)、副流感病毒、冠状病毒、腺病毒和人类偏肺病毒。此外，免疫系统功能较弱、患有哮喘或呼吸道疾病的人群可能会出现肺炎等严重疾病。

有哪些预防措施和治疗方法？

HRV 相关感冒没有治愈办法。感染者应多喝水且多休息。非处方药可缓解相关症状。家长应仔细阅读药物标签，并按照指示使用。抗生素不能治愈普通感冒，因为抗生素无法对抗病毒。



了解事实

人类鼻病毒

学校该如何应对？

- 学校应采取标准飞沫预防所用的预防措施：教导保持良好的手部卫生：
 - 鼓励学生使用肥皂和清水洗手，尤其是在咳嗽、打喷嚏或擤鼻涕后。
 - 如果没有肥皂和清水，请提供含酒精免洗洗手液。
 - 不用未洗过的手触摸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 倡导保持身体距离：
 - 应建议学校社群在生病时留在家里。
 - 患者应避免与他人近距离接触，例如拥抱、亲吻或握手。
 - 应教导学生在咳嗽或打喷嚏时避开人群。
 - 学生在咳嗽或打喷嚏时应使用纸巾，且用完即弃；如果没有纸巾，则可在咳嗽和打喷嚏时用衣袖完全遮住口鼻。
- 消毒：
 - 对经常接触的表面、玩具和门把手和/或移动设备等物品进行消毒。
 - 对教室或其他公共场所进行消毒时，应佩戴手套。

有关更多信息，请访问“[普通感冒：保护自己和其他人 | 特点 | 美国疾病控制中心 \(CDC\)](#)”或“[普通感冒如何传播？ | 科学事实 \(scifacts.net\)](#)”。

