

鼠疫期间如何保护自己



啮齿动物带来的健康危害

老鼠等啮齿动物会向人类传播疾病。传播途径包括直接与被感染老鼠接触，或与被老鼠污染的土壤、食物或水源接触。虽然老鼠传播疾病较为罕见，但人类仍应该采取措施降低风险。

啮齿动物携带的传染病

老鼠会传播给人类的疾病有：

钩端螺旋体病

症状包括高烧、头痛、肌肉酸痛、胃寒、呕吐和眼睛充血。

钩端螺旋体病由细菌感染引起。这种细菌存在于老鼠尿液中，可通过伤口进入人体，偶尔也会通过口腔内膜、鼻腔和眼睛进入人体。使用抗生素进行治疗。

淋巴细胞性脉络丛脑膜炎 (LCMV) 感染

症状类似流感，还伴有头痛和假性脑膜炎（见光时颈强和疼痛）。

LCMV 通常因接触到被感染老鼠的尿液、粪便或唾液引起。有的症状较轻，有的会出现类似流感的症状和假性脑膜炎（大脑和脊髓周围的液体被感染）。澳大利亚并没有妊娠期感染的记录，但曾出现过妊娠期受到 LCMV 感染造成了不良的妊娠结局（胎儿死亡或引发影响神经中枢的先天性疾病）。

鼠咬热

症状包括高烧、肌肉酸痛、疹子、关节痛、呕吐和头疼。

鼠咬热是一种细菌性疾病，因被感染动物蜇咬或接触到被老鼠的尿液或粪便污染的水源或食物而引起。

并发症包括深部感染或脓毒症。伤口通常要到发病时才看得到。使用抗生素进行治疗。

沙门氏菌、弯杆菌病或隐孢子虫病等胃肠感染

症状包括腹泻、高烧、腹痛、头痛、呕吐、身体疼痛和嗜睡。

啮齿动物也会传播食源性细菌感染疾病，通过直接接触啮齿动物或受污染的备菜台面而传播。

极少数情况下，这类感染会造成严重的疾病。治疗需使用特殊的抗菌素或其他药物。

自我保护

减少与啮齿动物的接触：

- 堵住家中的孔洞。
- 使用壁厚、密封性好的容器储存食物，食物溢出或剩饭菜应立即清理干净，避免吸引啮齿动物。
- 不要在备菜区放置老鼠夹。

被啮齿动物咬了之后应该：

- 立即用肥皂和水清洗。
- 伤口干燥之后涂抹抗生素膏，使用干净的绷带包扎。

- 就医。可能需要打破伤风疫苗，有些情况（不是每一次）会使用抗生素预防感染。
- 伤口愈合期间，注意观察是否有感染的症状，如皮肤触摸发热、发红或疼痛等。如出现以上症状请就医。

对老鼠接触过的区域进行清洁并消毒：

- 使用消毒液或漂白剂清洁地板和厨房台面。
- 被啮齿动物接触过的软垫家具和地毯需蒸汽清洁或清洗。
- 接触过啮齿动物尿液或唾液的床上用品和衣物使用热水和洗衣液清洗。

清理老鼠尸体：

清理老鼠尸体或在老鼠出现过的区域作业时，应：

- 戴手套。
- 穿防水保护衣和鞋。
- 用防水敷料盖住伤口。
- 清理结束之后用肥皂洗手并擦干，用餐之前尤其要注意手部卫生。
- 条件允许的情况下，避免让处于妊娠期或免疫功能不全的家庭成员处理老鼠尸体。

被老鼠尸体污染的雨水池

水池入水口和溢流处应放置筛网，防止老鼠和其他小动物以及树叶进入水池。定期检查水池，确保没有洞口。

雨水煮涨之后就能起到杀菌的作用，冷却之后即可饮用。使用有自动跳闸功能的热水壶即可。

如果雨水池的水可能已被污染，可使用清洁泳池的氯粉（次氯酸钙，65%的氯）或液体氯（次氯酸钠，12.5%的氯）进行消毒。请勿使用稳定氯（氰尿酸盐氯）。根据水池大小的不同，所需的氯可使用计算表计算得出。点击下方更多资源进一步了解。

如果雨水池内有淤泥，应使用虹吸管清除，或者移除水和淤泥，全面清洗水池。

如果需要进入水池清洗，建议请有资格的专业水池清洁人员完成。清洁水池有健康和安全风险，因为需要在密闭的空间作业。

点击下方更多资源，前往新州卫生部（NSW Health）官网查阅更多有关水池消毒和清洁的信息。

老鼠药的使用

使用老鼠药时必须遵守标签的指示。用于农作物的老鼠药不能家用。农用老鼠药含磷化锌，遇到水汽或酸时，会释放磷化氢气体。不要让儿童和宠物接触使用过老鼠药的区域。

更多资源

- 钩端螺旋体病：
www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/leptospirosis.aspx
- 淋巴细胞性脉络丛脑膜炎：
www.cdc.gov/vhf/lcm/index.html
- 消毒用计算表：
www.health.nsw.gov.au/environment/water/Documents/chlorine-ready-reckoner-tables.pdf
- 雨水池：
www.health.nsw.gov.au/environment/water/Pages/rainwater.aspx
- 如果您对啮齿动物传染病对健康的影响有担忧，可以咨询家庭医生。
- 如果有其他公共健康相关的担忧，可以拨打 1300 066 055 联系公共健康部门（Public Health Unit）。