

3. 预防和控制出血

- 卧床休息，减少跌倒和损伤的风险以避免不必要的出血
- 避免肌肉注射
如果有出血，瘀青或者肿痛的情况，请立即告知医生或护士

我什么时候可以出院回家？

如果您在疾病的早期住院，无任何警告症状，并且自己能够摄取足够的水分，您便可以回家休息，并且定期接受复诊。

如果您在疾病的后期住院，并且症状稳定，血小板数目呈上升的趋势，您便可以出院。

如果您出院时还有骨痛热症的症状：

我们的医生跟护士会根据您骨痛热症的阶段，决定定期的症状评估跟血液检测。

如果您出院时是在骨痛热病的恢复期：

- 您应该复查血常规，确保血小板跟其他血液指标恢复正常
- 有些病人会需要复查肝脏功能，确保肝脏功能恢复正常
- 上述的血液检查可以在国家综合诊疗所或您的家庭医生诊所进行
- 一些病人可能还是感觉浑身无力，建议出院后继续在家休息一个礼拜

我会将骨痛热症传播给其他人吗？

不会。骨痛热症不是通过人与人之间进行直接传播的。它是由受感染的蚊子叮咬进行传播。
居住在同一区域的人，可能会因为被感染的蚊子叮咬而同时罹患骨痛热症。

我还会再次被感染吗？

会。目前登革病毒有四种已知的血清型。一种血清型导致的感染只能对该特种的血清型产生保护作用。

由其它登革病毒血清型感染而再次罹患骨痛热症还是有可能的，并且二度感染时，症状可能会更加严重。

骨痛热症的预防

我该如何减少罹患骨痛热症的风险？

1. 最好的预防方法是减少伊蚊的滋生：

- 伊蚊可能在您的家中繁殖与滋生，您必须及时盖住或倒掉会积水或用来储水的容器（例如花瓶，塑料容器，水桶等等）

2. 减少被蚊子叮咬的机会：

- 使用空调，在门窗处安装蚊帐使用含有20%-30% DEET(避蚊胺)的防蚊剂，喷洒在暴露的皮肤上

3. 在前往其它热带地区时，请使用以上防范措施。

骨痛热症 (住院须知)



National Centre for
Infectious Diseases



什么是骨痛热症？

骨痛热症是一种由登革病毒感染而引起的疾病。它是通过被感染的伊蚊进行传播。登革病毒一共有四个血清型，DEN-1 至 DEN-4。

骨痛热症一般持续两到七天。多数患者不需要住院治疗便可康复。

骨痛热症的症状

- 发烧
- 头痛和眼后痛
- 肌肉及关节痛
- 皮疹
- 少量出血现象 - 鼻腔出血，牙龈出血及其它器官的出血或月经过多
- 容易由于轻微撞击淤青，肿包
- 恶心和呕吐

骨痛热症的风险

骨痛热症的死亡率非常低，大概是 1: 500 至 1: 1000。但是骨痛热症可导致血压降低，可进展为严重的骨痛热症（登革出血热以及登革热—休克综合症）。

严重并发症症状可能包括：

- 大量出血
- 低血压或者休克（由于血管出血和渗漏）
- 肝脏发炎
- 其它器官发炎，例如心脏和脑（比较罕见）

严重骨痛热症的警告症状

如果您有以下任何的症状，请立即就医：

- 严重腹痛
- 持续性呕吐
- 吐血
- 柏油样的黑便
- 鼻或牙龈出血
- 全身乏力或烦躁不安
- 皮肤苍白，湿冷
- 呼吸急促

医院的评估诊断

我们的医生和护士会做临床检查和定期的血液检查来评定骨痛热的患病阶段。

病人在住院过程中可能会进行以下检查：

- 血常规检查 - 来检测血细胞比容(血液浓度)，血小板及白细胞的数量
- 骨痛热症确诊测试 - 来确诊骨痛热症
- 肾功能和肝功能检查 - 来检查脱水和肾功能
- 其它检查 - 依个人情况而定，可能做另外的检查以确保不漏掉其它可能的感染

居家护理

目前没有抗生素或者抗病毒类药物来治疗骨痛热症。

治疗包括卧床休息和接受医生密切复诊。

主要的治疗措施：

1. 补充水和电解质

- 饮用大量的液体（水，等渗饮料，果汁和汤），以确保不脱水
- 采用静脉补液如果恶心呕吐无法口服
- 一些病人可能也需要补充电解质（比如钾）

2. 缓解症状和降低体温

- 使用止痛药物（如 Paracetamol 班纳杜）来止痛退烧。
- 医生可能会开止痒药来缓解皮肤痒，皮疹一般会在 2-3 个礼拜内缓解。
- 医生可能会开药物来缓解恶心呕吐。
- 避免使用 Aspirin 阿司匹林和其它消炎药如 Brufen® (ibuprofen) 布洛芬，Voltaren® (diclofenac) 双氯芬酸，Synflex® (naproxen) 萘普生或 Ponstan® (mefenamic acid) 甲芬那酸。以上药物可能会引起胃溃疡和出血，使血小板功能恶化。若有疑问，请咨询您的医生。