

学校结核病防控宣教指南：守护师生健康，共筑安全校园



结核病是由结核分枝杆菌引起的慢性传染病，可侵犯全身多个器官，其中以**肺结核**最为常见，主要通过呼吸道飞沫传播，在人员密集的学校环境中存在传播风险。做好校园结核病防控，不仅是保障师生身体健康的关键，更是维护正常教学秩序的重要举措。以下从认知、预防、应对三个维度，为全校师生提供全面的防控指导。

一、认识结核病：了解才能更好防范

1. 结核病的核心特点

- **传播途径明确**：患者咳嗽、打喷嚏、说话或唱歌时产生的飞沫，若被他人吸入，就可能造成感染。校园中教室、宿舍、食堂等密闭拥挤场所，若通风不良，会增加传播概率。
- **症状有迹可循**：肺结核常见症状包括**持续咳嗽、咳痰（超过 2 周）**，部分患者会伴有痰中带血、低热（午后明显）、夜间盗汗、乏力、食欲减退、体重下降等。若出现上述症状，需警惕并及时就医。
- **治疗可防可治**：结核病并非“绝症”，只要早期发现并规范治疗，多数患者可在 6-8 个月内治愈，且能有效避免传染他人。但如果拖延治疗或不遵医嘱停药，可能导致病情加重、产生耐药性，增加治疗难度。

2. 校园中的高风险场景

- 教室：课间同学聚集、冬季门窗紧闭，若有感染者未及时发现，飞沫易在室内扩散。
- 宿舍：多人同住，洗漱、休息时近距离接触，且部分宿舍通风条件较差。
- 食堂：就餐时人员密集，交谈过程中可能产生飞沫交换。
- 体育活动：剧烈运动后呼吸加深加快，若吸入含菌飞沫，感染风险会升高。

二、校园防控措施：从细节筑牢安全防线

1. 个人防护：做好自身健康 “第一责任人”

- **坚持科学戴口罩**：在人员密集的教室、食堂等场所，或身边有咳嗽、咳痰症状的同学时，应规范佩戴医用外科口罩，减少飞沫吸入；咳嗽、打喷嚏时，用纸巾或肘部遮挡口鼻，避免飞沫传播。
- **保持良好卫生习惯**：勤洗手，尤其是饭前便后、接触公共物品后，使用肥皂或洗手液流动水清洗；不随地吐痰，痰液需用纸巾包裹后扔进带盖垃圾桶，避免细菌扩散。
- **增强自身免疫力**：保证充足睡眠，避免熬夜；合理饮食，多吃蔬菜水果、补充蛋白质，少吃辛辣刺激食物；坚持适量运动，如跑步、跳绳等，提升身体抵抗力，降低感染风险。

三、筛查与就医：早发现、早治疗、早控制

1. 及时就医：出现症状不拖延

若师生出现持续咳嗽、咳痰、低热、盗汗等疑似结核病症状，应立即向班主任或校医报告，暂停到校上课或工作，由家人陪同前往定点医院（如当地传染病医院）就诊，进行痰检、胸部 X 光等检查，明确诊断；确诊后需遵医嘱进行隔离治疗，待病情稳定、无传染性后，凭医院证明方可返校。

四、误区澄清：打破认知偏差，科学防控

- **误区 1：结核病只传染老年人，年轻人不会得**
真相：结核分枝杆菌对所有人群均易感，青少年和学生因免疫系统尚未完全成熟，且在校园中接触密集，反而属于高发人群。近年来，校园结核病聚集性疫情偶有发生，需高度重视。
- **误区 2：只要接种过卡介苗，就不会得结核病**
真相：卡介苗主要对婴幼儿期重症结核病（如粟粒性肺结核、结核性脑膜炎）有保护作用，其保护效果会随年龄增长逐渐减弱，无法完全避免成年后感染肺结核。因此，即使接种过卡介苗，仍需做好日常防护。
- **误区 3：结核病患者会被歧视，不敢就医**
真相：结核病是可防可治的传染病，我国对结核病患者实行免费检查和规范治疗政策（如免费提供抗结核药物）。学校会严格保护患者隐私，不会歧视患者，及时就医不仅能早日康复，还能避免传染给身边人，是对自己 and 他人健康的负责。

校园是师生共同的家园，结核病防控需要全校上下齐心协力、共同参与。希望每一位师生都能牢记防控要点，将健康习惯融入日常，主动做好自我防护，积极配合学校防控工作，让我们携手筑牢校园健康防线，为学习和成长创造安全、健康的环境！