

# 粵諾如病毒感染進高發期

## 症狀潛伏12小時 港人北上需警惕

隨着季節更替，諾如病毒感染近期在內地進入高發季，與香港相鄰的廣東亦不例外。廣東疾控近日發布健康提示稱，每年10月到次年3月是中國諾如病毒感染的高發季節，諾如病毒傳播途徑包括人傳人、經食物和經水傳播。

廣州市第十二人民醫院兒科(含新生兒科)負責人、主任醫師饒曉林指出，諾如病毒感染是一種自限性疾病，大多數患者在發病後一周內能夠自愈。感染者需及時補充消耗的水分和電解質(含鈉、鉀、氯)，注意清淡飲食即可。專家還提醒稱，諾如病毒在人群密集的地方容易傳染。港人北上跨境購物已成常態，在享受購物的同時，也需警惕病毒感染的風險。

### 主要經糞口途徑人傳人傳播

最近在廣州多個區醫院的門診部，感染諾如病毒就診的小童數量在增多。「我們醫院的黃埔院區、天河院區接診的患兒中，感染諾如病毒佔比約為三分之一。不少家長都在諮詢感染諾如病毒如何防治。」饒曉林說，諾如病毒是一種引起急性胃腸炎的常見病毒，在最初由於其引起的疾病具有季節性傾向，且大多數患者的主要症狀為嘔吐，也被稱為「冬季嘔吐病」。諾如病毒感染為自限性疾病，一般給予支持治療、及時補充消耗的水分和電解質，注意清淡飲食即可。多數患者發病後一周內即可痊癒。

在傳染途徑方面，諾如病毒主要通過糞口途徑發生人傳人傳播。起病後，糞便中排出諾如病毒的平均持續時間為4周，並且最初的24小時至48小時中排出量最大。此外，諾如病毒感染的傳播途徑還包括含有病毒顆粒的嘔吐物飛沫經空氣傳播、污染物污染、攝入受到污染的食物和水等。饒曉林說：「諾如病毒具有高度傳染性，可以在人與人之間迅速傳播，尤其是在人群密集的地方，如學校、餐廳、醫院等。」

諾如病毒可防可控，港人注意做好防範，亦無須過分緊張。諾如病毒的防控措施主要包括採取接觸防護、保持手衛生以及環境清潔消毒。饒曉林表示，諾如病毒感染患者盡量不與其他健康成員近距離接觸，有條件者可使用專用廁所或專用便器，住所開窗通風、保持空氣流通，使用獨立飲食用具；嘔吐、腹瀉後，污染的物品和場所要及時消毒，在消毒時要佩戴口罩和塑膠手套，避免直接接觸污染物。

### 10月底登革熱亦處高發期

10月底登革熱亦處於高發期。今年登革熱在全球呈現高發態勢，加上進入夏季以來廣東降雨明顯偏多、高溫天氣持續，登革熱疫情傳播風險明顯提升。廣州市衛生健康委員會黨組成員、副主任，兼任市疾病預防控制中心專職局長張屹表示，目前廣州市登革熱疫情規模也略高於去年水平，全市11個區均報告了登革熱本地病例，預計到10月底都處於登革熱高發時段。

張屹指出，「登革熱一直以來都是廣州市防控的重點傳染病。經過多年努力，廣州市已建立一套相對成熟系統的防控模式。」他說廣州通過病例監測及蚊媒監測這兩大網絡，保障疫情監測敏感高效，令政府強力有效防控登革熱。

■隨着季節更替，諾如病毒感染近期在內地進入高發季。圖為廣州一醫院的就診人群。

## 如何防範諾如病毒

1. 生水未煮不要喝。
2. 體弱者不要生食水產品及蔬菜。
3. 病人不要為他人加工食品。
4. 無牌餐飲不要光顧。
5. 諾如病毒感染患者盡量不與其他健康成員近距離接觸，有條件者可使用專用廁所或專用便器。
6. 住所開窗通風、保持空氣流通。
7. 使用獨立的飲食用具。
8. 嘔吐、腹瀉後，污染的物品和場所要及時消毒，在消毒時要佩戴口罩和塑膠手套，避免直接接觸污染物。處理嘔吐物和污染物時，應先準備消毒乾巾，用消毒乾巾包裹嘔吐物，蓋住30分鐘後才能移除。包裹嘔吐物的消毒乾巾需要放進雙層垃圾袋中，貼上嘔吐物標籤，按找「其他垃圾」類別處理。

# 美加軍艦過航台海 解放軍全程跟監

中國人民解放軍東部戰區剛剛圓滿完成「聯合利劍-2024B」演習各項科目，美、加軍艦就在台灣海峽炒作攪局。據中國人民解放軍東部戰區社交平台官方賬號21日凌晨發布消息，10月20日，美國「希金斯號」驅逐艦、加拿大「溫哥華號」護衛艦過航台灣海峽並公開炒作。中國人民解放軍東部戰區組織海空兵力對美、加艦過航行動全程跟監警戒，依法依規處置。

有報道稱，美國海軍第七艦隊在官網發文就過航行為宣稱，美國和加拿大軍方此舉是「例行性過航」，是「根據國際法在公海實行航行和飛越自由，第七艦隊的船隻過航的是海峽中的公海走廊」。

解放軍東部戰區社交平台官方賬號21日凌晨發布消息，東部戰區新聞發言人李熹海軍大校就美、加軍艦過航台灣海峽發表談話。李熹表示，10月20日，美國「希金斯號」驅逐艦、加拿大「溫哥華號」護衛艦過航台灣海峽並公開炒作。中國人



■美國海軍驅逐艦「希金斯號」駛過台灣海峽。法新社

民解放軍東部戰區組織海空兵力對美、加艦過航行動全程跟監警戒，依法依規處置。美、加方行為滋擾攪局，破壞台海和平穩定。戰區部隊時刻保持高度戒備，堅決捍衛國家主權安全和地區和平穩定。

外交部發言人林劍21日在外交部例會上回應，關於美、加軍艦過航台灣海峽，東部戰區已經作出了回應。「我在這裏強調的是，台灣是中國領土不可分割的一部分，台灣問題不是什麼航行自由問題，而是事關中國主權和領土完整的問題。中國堅決反對任何國家以航行自由為名，挑釁、威脅中國的主權和安全。」

## 廣交會一期閉幕 吸逾13萬境外採購商

第136屆廣交會一期近日閉幕，火熱的成交額折射出中國外貿「丁財兩旺」的盛景。廣交會外貿中心21日公布統計數據，10月15日到19日舉行的廣交會第一期，共有來自全球211個國家和地區的超13萬名境外採購商線下參會，比上屆增長4.6%。其中，共建「一帶一路」國家採購商超9萬人，佔比近七成。而傳統歐美市場的採購商亦達到2.4萬人，同比上屆增長4.8%。值得注意的是，約2萬名中東採購商到會，人數比上屆激增44%。第一期展會期間，不少外貿企業認為本屆採購商下單意願較強，對中國供應商和中國產品十分信

賴。廣交會向來是新技术、新產品的「展新」舞台。本屆廣交會第一期聚焦「先進製造」，超過1.1萬家外貿企業參展，並帶來大量新產品、新技术、新材料、新工藝，其中數字化產品39萬件，增長300%。

五金設備企業、廣東拓臣科技發展有限公司負責人鄭先生，在廣交會一期結束後迎來了忙碌的「看廠」節奏。他介紹，廣交會第一期，展位每天現場接待的客戶都超過200批，全新客戶佔比超六成。第一期展會期間，「我們廣州總部每天到訪客戶十多批，現在一期結束了，到訪公司的客戶達到頂峰。」

## 推廣「全校園健康計劃」的重要性



愛蘭說

龐愛蘭

城市聯盟(香港)副主席  
香港十大傑出青年、健康

作為「健康促進學校諮詢委員會」主席，筆者衷心歡迎特首李家超在2024年施政報告中，提出強化「全校園健康計劃」，為每間參與學校學生提供免費身體檢查和一校一報告，並建議針對性校本措施，改善體能活動和飲食等安排，提升學生的身心健康。我們的目標是希望能吸引學校、家長和學生參與計劃，由過往的研究顯示，實施世衛的《健康促進學校發展框架》對學生健康行為和結果有顯著正面影響，包括改善體重指標、增加體能活動、提高水果和蔬菜攝取、增強師生免疫力、減少吸煙和欺凌行為。

根據世界衛生組織的發展框架，旨在通過學校各成員的合作，創造有利於生活、學習和工作的健康環境。自2019至2023學年，衛生署已在30所中小學推行「健康促進學校計劃」，探

討在香港推展此模式的可行性。2023/24學年，計劃更名為「全校園健康計劃」，並由衛生署提供專業指導，協助學校有效開展健康促進工作。

從2024/25學年起，「全校園健康計劃」將擴展服務，將「青少年健康服務計劃」併入，為參與學校提供更全面的支持。此外，教育局推行的《4Rs精神健康約章》亦與此計劃結合，簽署約章的學校將成為「承諾學校」，進一步推廣學生、教職員和家長等的體能活動、健康飲食、社交及心理健康。

「全校園健康計劃」強調全校參與、全面健康資訊及長期發展，涵蓋健康飲食、體能活動、心理健康和社交健康等主題，並以「全校園、齊健康」為口號，鼓勵學校根據自身需求制訂健康推廣策略，成為「承諾學校」、「行動學校」或「卓越學校」，更能讓所有參與者建立健康的生活模式，發揮所長。