



# 健康警告: 腮腺炎 Mumps

## 什么是腮腺炎？

腮腺炎是由病毒引起的疾病。它通常的开始病征是几天的发烧，头痛，肌肉疼痛，疲劳和食欲不振。然后腮腺炎的人可能发展至脸颊或下巴肿胀。大多数腮腺炎患者在几个星期内都会康复。一些腮腺炎患者可能患有轻微的疾病，甚至可能不知道他们患有这种疾病。然而，腮腺炎偶尔会导致严重的健康问题，特别是在成年人。这些健康问题可包括大脑肿胀或耳聋。一些男孩和男人可能会睾丸肿胀。

## 腮腺炎是如何传播的？



你可以在说话时咳嗽，打喷嚏或喷洒唾液来传播腮腺炎。

也可以通过以下方法传播：

- 与人共用杯子，勺子，叉子，婴儿奶瓶和其他器具

如果有腮腺炎的人去一个许多人聚集的地方，便会传播腮腺炎。

## 谁更容易感染到腮腺炎？



不到1岁的婴儿



1岁以上未接受至少1剂腮腺炎疫苗（MMR疫苗）的儿童



1957年或之后出生的，未接种疫苗或以前没有腮腺炎的成年人。

## 如何防止腮腺炎？

- 接种腮腺炎疫苗（包括在MMR疫苗中）。
- 远离任何有腮腺炎的人。
- 经常用肥皂和水洗手。
- 不要与人共用杯子，勺子，叉子，婴儿奶瓶和其他器具。

## 如果你认为你有腮腺炎怎么办？

- 如果您或您的孩子有腮腺炎的症状，如发热，头痛，肌肉酸痛，疲劳，食欲不振，面颊肿胀或下巴肿胀等，请致电您的医生。
- 在你可以接受医生诊治前，留在家里，远离其他人，这包括尽可能远离家人，以免他们生病。

*Adapted from Public Health - Seattle & King County's Material*

