

## 了解寨卡病毒

### 基本信息

- 人类感染寨卡病毒一般通过蚊虫叮咬—但只有某些特定种类的蚊子（*伊蚊*）才能传播寨卡病毒。
- 寨卡病毒也能够通过性接触或是血液接触（即输血、共用注射器具等）进行传播。普通的接触不会传播寨卡病毒。
- 大部分 (80%) 感染寨卡病毒的人都不会感觉不舒服。就算患病，病情通常也较轻。
- 由于寨卡病毒会造成出生缺陷，因此我们制定了与怀孕有关的特殊指南。请参见下文说明。
- 尚无寨卡病毒疫苗，也不能通过药物治疗。

### 症状

大多数 (80%) 感染寨卡病毒的人都不会出现任何不舒服的感觉，可能也不知道自己已受感染。

对于出现症状的人，最常见的症状有发热、皮疹、关节疼痛和结膜炎（红眼病）。大部分人症状较轻，无需去医院。麻痹或颅内感染等严重并发症极为罕见。通常在被受感染的蚊子叮咬后 2 到 12 天开始出现症状，并可能持续长达一周。

感染寨卡病毒后出现的症状与其他由蚊子造成的疾病而引发的症状类似，如[登革热病毒](#)或[基孔肯雅病毒](#)。

### 测试

大多数人即使曾前往传播寨卡病毒的地区旅行，也不需要接受寨卡病毒测试。最有必要接受测试的是曾在寨卡疫区生活过一段时间的孕妇或者在怀孕期间和已感染或疑似感染寨卡病毒的人员发生过无保护\*性交的孕妇。

诊断是否感染寨卡病毒有两种测试方式：

1. **逆转录聚合酶链反应 (RT-PCR)：**该测试检查血液或尿液中的寨卡病毒。
2. **血清检查：**该测试检查您的血液中是否有抵抗寨卡病毒感染的抗体。

如果您的寨卡病毒测试结果为阳性，则表示您感染了寨卡病毒，或过去曾感染过寨卡病毒。

但是，阴性结果不一定表示您未感染。例如，如果您在患病后不久接受测试，您的身体可能尚未产生供测试的抗体。您的医生可能会做其他测试以确认。

\* “防护措施”是指阴道性交和肛交时使用的男用或女用避孕套，以及口交时使用的口交膜。“无保护”性行为是指在无防护措施的情况下发生性行为。

如果您有任何问题或担忧，请与您的医生讨论。医生可利用测试结果帮助您做出有关如何保持健康的决定。

## 治疗

寨卡病毒尚无治疗方法，但药物（如对乙酰氨基酚）可以帮助缓解症状。大多数人能够通过休息、喝水自行康复。

## 疫区

受到寨卡影响的地区包括中南美、墨西哥、加勒比海地区以及其他由[疾病控制和预防中心](#) (Centers for Disease Control and Prevention) 网站列出的地点。（访问 [cdc.gov/zika](http://cdc.gov/zika)，查看最近的寨卡疫区。）和这次疫病爆发相关的蚊子埃及斑蚊就生存在上述地区。目前为止尚未在纽约市发现埃及斑蚊。

我们在纽约市发现有另一种伊蚊出没。这种蚊子叫做白纹伊蚊。白纹伊蚊能够将寨卡病毒传染给人类，但是医疗专家还在研究它是否有可能这样做。就算蚊子可能携带病毒，也并不表示它将导致疫病爆发。医疗专家尚未在任何本地蚊子体内发现寨卡病毒，但是已经对白纹伊蚊可能会感染寨卡病毒的情况做了周全的计划，并采取了非常严谨的措施，以严格监控此类情况，必要时会采取行动。访问 [nyc.gov/health/zika](http://nyc.gov/health/zika) 查看 "What the City is Doing"，了解市政府最新的措施。

## 妊娠警告

寨卡病毒对大多数人并不构成威胁。然而，寨卡病毒会 **导致出生缺陷**。与寨卡病毒有关的一种出生缺陷是头部小于正常水平。该疾病为“小头畸型”。健康专家仍在研究寨卡病毒和小头畸型之间的关联。下面是关于如何避免这种风险的最新指南。

### 孕妇及其性伴侣指南

未曾到寨卡病毒疫区旅行过的孕妇	<b>应推迟行程，直到卫生专家告知行程安全为止。</b>  若无法推迟行程，首先咨询您的医疗服务提供者，然后在旅行期间采取相应的保护措施。查看下面有关性传播和安全健康旅行的指南。
曾到寨卡病毒疫区旅行过的孕妇	请致电您的医疗服务提供者以咨询寨卡病毒测试的相关事宜。
孕妇的 <b>性伴侣</b> 已感染或疑似感染寨卡病毒	应一起计划，避免进行性行为或在怀孕期间每次进行阴道性交、肛交和/或口交时，都正确地使用避孕套（或其他防护措施*）。  如果您已怀孕并和已感染或疑似感染寨卡病毒的人员发生过无保护*的阴道性交、肛交或口交，请联系您的医疗服务提供者，以咨询寨卡病毒测试的相关事宜。

\* “防护措施”是指阴道性交和肛交时使用的男用或女用避孕套，以及口交时使用的口交膜。“无保护”性行为是指在无防护措施的情况下发生性行为。

### 给计划受孕者的指南

不建议想要尝试怀孕的伴侣接受寨卡病毒测试。而是，请遵守本指南以降低风险：

未曾到寨卡病毒疫区旅行过的人	要尝试受孕的期间不要到寨卡病毒疫区旅行。	
携带或可能携带寨卡病毒的女性	<b>症状</b>	出现症状之后等待 <b>至少八周</b> 再进行受孕
	<b>无症状</b>	在上次可能的寨卡病毒接触后等待 <b>至少八周</b> 再进行受孕
携带或可能携带寨卡病毒的男性	<b>症状</b>	出现症状之后等待 <b>至少六个月</b> 再进行受孕
	<b>无症状</b>	在上次可能的寨卡病毒接触后等待 <b>至少六个月</b> 再进行受孕

有关寨卡病毒和妊娠的更多信息，请访问 [nyc.gov/health/zika](http://nyc.gov/health/zika) 和 [cdc.gov/zika/pregnancy](http://cdc.gov/zika/pregnancy)。

### 性传播

男性和女性都可能通过性行为传播寨卡病毒。性行为包括阴道性交、肛交和口交和/或共享性玩具。健康专家仍在对此项风险进行研究。建议那些到寨卡病毒疫区的人在旅行期间或回家后都采取防护措施\*或者进行避孕。防护措施\*可防止寨卡病毒通过性行为传播。避孕能在单方性伴侣或性伴侣双方有可能感染寨卡病毒的情况下防止怀孕。

### 避免经性行为传播寨卡病毒的指南

前往寨卡病毒疫区旅行时	正确地进行避孕并采取防护措施*
从寨卡病毒疫区回家后	<b>女性：</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 回家后八周内，应继续进行避孕以防止怀孕。</li><li>• 回家后八周内，每次进行阴道性交、肛交或口交时，正确采取防护措施*。</li></ul>
	<b>男性：</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• 回家后六个月内，每次进行阴道性交、肛交和/或口交时，正确采取防护措施*</li></ul>

如需查看完整的[避孕](#)方法列表，请访问 [nyc.gov](http://nyc.gov) 并搜索 "birth control"。

\* “防护措施”是指阴道性交和肛交时使用的男用或女用避孕套，以及口交时使用的口交膜。“无保护”性行为是指  
在无防护措施的情况下发生性行为。

## 献血

虽然罕见，但是寨卡病毒有可能通过输血在人与人之间传播。为防止出现此种状况，请遵循下列指南：

### 献血指南

曾到疫区旅行过的人	回家之后至少等待 <b>四周</b> 再去献血。
三个月内与曾到过疫区的人员发生最后一次无保护*性行为（阴道性交、肛交或口交）的人	从最后一次性行为算起，至少等待 <b>四周</b> 再去献血。
曾到疫区旅行过且在回家之后四周内 <b>已经献过血</b> 的人	如果您有 <b>两种或者以上</b> 的下列症状且症状发生的时间是献血后的 <b>两周内</b> ，请告知您献血的机构。症状为：发热、关节疼痛、皮疹或结膜炎（红眼病）。  如果您已出现症状，应避免再次献血，直到症状完全消失后的 <b>至少四周</b> 之后。

## 婴儿和儿童

据疾病控制与预防中心 (CDC) 称：

- 婴幼儿和儿童可能会感染寨卡病毒。
- 婴儿和儿童也会出现上述“症状”部分中所述的各种症状。
- 若在出生时或幼儿期感染寨卡病毒，则不会导致“小头畸形”的发生。
- 母乳中曾被发现存在寨卡病毒，但无报告显示母亲会通过母乳将寨卡病毒传播给自己的孩子。由于母乳喂养的诸多好处，疾病控制与预防中心建议在寨卡病毒疫区居住的母亲应坚持母乳喂养。
- 访问 [cdc.gov/zika](http://cdc.gov/zika)，了解为父母提供的更多信息。

## 安全健康旅行

如果您要前往疫区旅行，请阅读上述妊娠和性传播警告，并且采取防蚊措施。下面的提示对于每个前往寨卡病毒疫区旅行的人都十分重要——对于无法推迟旅行的孕妇而言尤为如此。

和这次疫病爆发相关的蚊子攻击性很强。这种蚊子会在白天和傍晚咬人。

- 请使用含有 DEET、埃卡瑞丁或柠檬桉油的**驱虫剂**。
  - 使用环境保护署 (EPA) 认可的驱虫剂，并且按照标签上的指示使用。
  - 按顺序，先涂抹防晒产品，再使用驱虫剂。
  - 驱虫剂对孕妇无害。
  - 请勿对未满 2 个月的婴儿使用驱虫剂。请勿对未满 3 岁的儿童使用含有柠檬桉油的驱虫剂。
  - 请勿让幼儿自行使用驱虫剂。
  - 请勿将驱虫剂涂抹在儿童的手、眼、嘴，或者任何皮肤发痒或是有伤口的部位。

\* “防护措施”是指阴道性交和肛交时使用的男用或女用避孕套，以及口交时使用的口交膜。“无保护”性行为是指在无防护措施的情况下发生性行为。

- 请穿着长袖上衣和长裤；并且让孩子也这么穿。请穿着经氯菊酯（一种驱虫化学制剂）处理过的衣物。
- 请留在配备空调或者配备窗帘和门帘的地方。
- 如果无法将蚊虫驱出住所，则请使用蚊帐。请用蚊帐将儿童床、婴儿车以及婴儿背带用蚊帐遮盖起来。
- 请清除您住所内及其周边的积水，因为积水会吸引蚊虫。

疾病控制与预防中心建议，从寨卡病毒疫区返回美国的旅行者应在前三周采取防止蚊虫叮咬的措施，即使他们未感觉不适也要如此，这样做的目的是避免将寨卡病毒传播给本地的蚊子。

### 纽约市的防蚊工作

寨卡病毒并未在纽约市传播，但是本地的蚊子能传播其他疾病，比如西尼罗病毒。纽约市民可通过以下行动来帮助阻止蚊媒病毒的传播：

- 在蚊虫盛行的季节（六月至九月）里使用驱虫药剂并在晚上穿长衣长裤。
- 在门窗上安装纱窗，或对已安装的纱窗进行修理。
- 清理诸如花盆、排水沟、水桶、游泳池盖、宠物水盆、废弃轮胎以及鸟盆中的死水。一小滩水能成为数百枚蚊子蛋的繁育基地。
- 务必管理好后院泳池的卫生并用氯化物消毒。
- 若发现死水，请致电 311。卫生局对积水投诉进行了调查，并对未能清除积水的业主发出了违规通知。若积水无法排出，市政府将使用杀幼虫剂进行处理，此类药剂可在蚊子成熟并能传播疾病之前消灭它们。

### 更多信息

访问这些链接：

- [cdc.gov/zika](https://www.cdc.gov/zika)
- [paho.org](https://www.paho.org)

如需帮助寻找医院或诊所，请拨打 311。

在 Twitter 上 @NYCHealthy、@DrMaryTBassett 和 @DrJayVarma 咨询最新健康警报。

\* “防护措施”是指阴道性交和肛交时使用的男用或女用避孕套，以及口交时使用的口交膜。“无保护”性行为是指在无防护措施的情况下发生性行为。