

認識腸病毒感染症

一、什麼是腸病毒？

腸病毒是濾過性病毒的一種，分為人類腸病毒 A、B、C、D 型，其中腸病毒 71 型被歸類為人類腸病毒 A 型且致死率最高，臺灣全年都有腸病毒感染個案，以 4 到 9 月為主要流行期。

腸病毒的傳染性極強，主要經由腸胃道(糞-口、水或食物污染)或呼吸道(飛沫、咳嗽、打噴嚏)等途徑傳染，新生兒則可能透過胎盤、孕婦分娩過程或產後人際接觸等途徑感染。

二、臨床症狀

1. 潛伏期約 2 至 10 天，發病前數天在喉嚨及糞便都有病毒存在，即開始有傳染力，通常以發病後一週內傳染力最強；而病人可持續從糞便排出病毒，時間可達到 8-12 週之久。大多數感染者，並無臨床症狀或臨床症狀極為輕微，而大部分病例過了幾天之後即會自然痊癒。

2. 腸病毒症狀：

(1)手足口病：為發燒以及身體出現稍微突起紅疹。疹子頂端有小水泡，主要分布於口腔黏膜、舌頭、四肢多分布於手掌、腳掌、及手指、腳趾間，病程約為七至十天。

(2)泡疹性咽峽炎：特徵為突發性發燒、嘔吐及咽峽部出現小水泡或潰瘍，病程為 4 至 6 天，病例多數輕微無併發症，少數併發無菌性腦膜炎腦炎、心肌炎、心包膜炎、肺炎、等併發症；尤其新生兒及小嬰兒感染者偶爾會發生病毒性休克症候群侵範多種器官，死亡率很高。

(3)腸病毒重症徵兆如下：(如有以下重症徵兆應立即送醫)：

嗜睡、意識不清、活力不佳
、手腳無力
、冒冷汗



肌躍型抽搐(無故驚嚇或突然間全身
肌肉收縮)



持續嘔吐



呼吸急促或心跳加快



三、 照護措施

1. 目前腸病毒中除小兒麻痺外，沒有疫苗可供預防，臨床罹患者採支持性療法。
2. 口腔與喉嚨痛時，給予軟質食物(布丁、豆花、優格等)或流質食物(果汁、魚湯等)，避免攝取刺激性食物。
3. 於進食後採軟毛牙刷或漱口水清潔口腔。
4. 流行期間請儘量避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所，勿與疑似病患接觸以降低感染的機會。
5. 均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提昇免疫力。
6. 加強個人衛生，請勤加洗手且保持環境的清潔及通風，落實洗手步驟(溼-搓-沖-捧-擦、內-外-夾-弓-大-力-腕)。
7. 居家環境應以漂白水 100cc+10 公升清水(500ppm)擦拭或清潔消毒，病童嘔吐物或排泄物應以漂白水 200cc+10 公升清水(1000ppm)進行消毒。

8. 兒童玩具（尤其是帶毛玩具）經常清洗、消毒，可拿到太陽下曝曬。
9. 如有學童罹病，應請家長予以請假(至少一週)暫勿上課以免傳染其他學童。

四、返家注意事項

1. 病患於身體免疫力克服感染後即逐漸康復，但病毒仍可經由糞便排出且持續 8-12 週之久，而致感染他人。
2. 如出現持續或反覆高燒、持續嘔吐、嗜睡、躁動不安、意識不清、活動力不佳、心跳加快、呼吸急促、抽搐、盜汗等症狀請儘速就醫。
3. 腸病毒感染後，免疫力可持續一段時間；對於不同型之腸病毒，亦可有短期之交叉免疫。
4. 小心處理病童之排泄物（糞便、口鼻分泌物），且處理完畢應立即洗手。