

認識腸病毒

一、什麼是腸病毒？

- 1.腸病毒為濾過性病毒之一種，可分為克沙奇病毒 A、B 群、小兒麻痺病毒、伊科病毒及腸病毒等種類，共有數十種以上。
- 2.其中以感染腸病毒 71 型最容易導致嚴重的併發症，五歲以下的幼童為重症高危險群。
- 3.台灣因為氣候關係屬於適合腸病毒生存，因此全年都有案例，其中 4-9 月為流行期。
- 4.傳染方式可經由接觸病人的口鼻分泌物、糞便、飛沫等途徑傳染。

二、腸病毒會有哪些症狀？

腸病毒潛伏期平均約 3-5 天後開始出現症狀，某些會是非特異性症狀，如：發燒、疹子、食慾不振、倦怠或躁動不安或是呼吸道及腸胃道症狀，接著會自然痊癒，其中腸病毒較具特徵表現為手足口病與疱疹性咽峽炎。

- 1.手足口症：特徵為發燒及身體出現小水泡，主要分布於口腔黏膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇，四肢則是手掌及腳掌、手及腳趾。常因口腔潰瘍而無法進食，病程為 7-10 天。
 - 2.疱疹性咽峽炎：特徵為突發性發燒、嘔吐及咽峽部出現小水泡或潰瘍，少數併發無菌性腦膜炎。
- 除上述症狀，另外還有新生兒腸病毒敗血症、肝炎、心肌炎及中樞神經症狀等，皆不可輕忽。

三、腸病毒的診斷及治療？

- 1.只有經由實驗室檢驗，才能確定診斷是由何種腸病毒引起，然而，病毒之分型對於治療並無助益。
- 2.絕大多數症狀輕微者，予以症狀治療並多加休養。對於極少數有併發症者，需住院進一步積極治療。
- 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.幼童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，持續數週之久，有傳染他人之風險。

四、腸病毒之飲食照顧與口腔清潔

- 1.常見罹患咽峽炎或是手足口病的病童因口部潰瘍引起疼痛而難以下嚥，可給予布丁、仙草、優酪乳、愛玉、運動飲料、豆花等又涼又軟的清涼食物或飲料，避免又燙又硬的食物。
- 2.保持口腔清潔，可以用軟毛牙刷、紗布清柔的做口腔清潔或開水漱口。

3.可依醫師醫囑使用局部口腔消炎噴劑，緩解疼痛。

五、腸病毒預防方法

- 1.請儘量避免出入公共場所，不與疑似免疫力低或高風險族群接觸，尤其是老人、孕婦、新生兒及幼童。
 - 2.家中如有病童為，症狀輕微者，在家隔離以免傳染他人。
 - 3.請多休息，適當補充水分。
 - 4.注意營養、均衡飲食及運動，增強免疫力。
 - 5.加強居家環境衛生及通風。
 - 6.加強個人衛生，勤洗手。
 - 7.幼童罹患腸病毒時，請家長予請假暫勿上課，以免傳染其他學童。
 - 8.兒童玩具(尤其是帶毛玩具)經常清洗、消毒(家用含氯漂白水 1ml 加入 10 公升清水配製成 3-5ppm 含氯漂白水)。
 - 9.目前並無證據顯示腸病毒導致胎兒先天性畸形之可能，但孕婦須避免感染，以預防生產時感染給新生兒。
- *親愛的家長，若不小心感染腸病毒了請勿驚慌，接受醫師確診與治療，並需要在家做好隔離措施，多休息，勤洗手與消毒環境相信家中的寶貝都能很快痊癒。

六、當有下列症狀時，(重症 4 徵兆)請立刻帶回醫院治療

嗜睡、意識改變、活力不佳、手腳無力、肌躍型抽搐（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）、持續嘔吐、呼吸急促、心跳加快。



參考資料:

陳月枝總校閱 (2021)·實用兒科護理(9版)·華杏。

徐士敏、鄔豪欣、簡麗蓉、曾淑慧(2019)·新生兒腸病毒疫情感染管制措施·疫情報導，35(8)，101-106。

諮詢電話02-26723456轉6961

行天宮醫療志業醫療財團法人恩主公醫院