

認識腸病毒 預防重症發生

撰文◎ 9樓病房護理師 陳伊柔

腸病毒是幼兒常見的疾病，此指的是一群病毒，包含克沙奇病毒、伊科病毒及腸病毒等多種種類，所有腸病毒中，以腸病毒71型（Enterovirus Type 71）最容易引起神經系統的併發症。

臺灣氣候溫暖潮溼，適合腸病毒生存，以四到九月為主要流行期，但其實全年都有腸病毒感染個案，冬天也有腸病毒病例，只是比較少而已。

常見的傳染途徑

人類是腸病毒唯一的傳染來源，主要經由腸胃道（糞一口、水或食物污染）或呼吸道（飛沫、咳嗽或打噴嚏）傳染，亦可經由接觸病人皮膚水泡的液體而受到感染，此外，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腸病毒。

感染腸病毒後，平均約三到五天會開始出現症狀，在發病前數天，喉嚨部位與糞便可發現病毒，此時即有傳染力，通常以發

病後一週內傳染力最強；而患者可持續經由腸道釋出病毒，時間長達八到十二週之久。

常見的臨床症狀

腸病毒可以引發多種疾病，其中很多是沒有症狀的感染，或只出現類似一般感冒的輕微症狀。常引起手足口病（hand-foot-mouth disease）及疱疹性咽峽炎（herpangina），有時則會引起一些較特殊的臨床表現，包括無菌性腦膜炎、病毒性腦炎、心肌炎、肢體麻痺症候群、急性出血性結膜炎（acute hemorrhagic conjunctivitis），或因感染腸病毒D68型而引起嚴重呼吸道症狀、腦炎或急性無力脊髓炎等。另外，新生兒感染腸病毒的症狀大多與嬰幼兒的表現不同，最常見的症狀包括發燒、食欲不佳、活動力下降、躁動

不安、皮膚出現紅疹、腹瀉或嘔吐等，病況進展嚴重時可引發心肌炎、肝炎、腦炎、新生兒敗血症。

腸病毒感染常見的疾病與臨床症狀

- 一、**疱疹性咽峽炎**：特徵為突發性發燒、嘔吐及咽峽部會出現小水泡或潰瘍、流口水。病例多數症狀輕微無併發症，而絕大多數的病童，會在五至七天內自然痊癒，少數併發無菌性腦膜炎。
- 二、**手足口病**：特徵為發燒及身體出現小水泡，主要分布於四肢，尤其是手掌及腳掌、手指及腳趾、口腔黏膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇，常因口腔潰瘍而難以進食。絕大多數的病童，在五至七天內會自然痊癒。
- 三、**合併症**：極少數出現合併症，包括無菌性腦膜炎、腦炎、急性肢體無力（類似小兒麻痺），步態不穩、抽搐、甚至心肺功能受到影響而導致死亡。

腸病毒重症前兆

- 一、意識不清、活力不佳、手腳無力、嗜睡，一般神經併發症是在發病三至四天後出現。
- 二、肌躍型抽搐（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）。
- 三、呼吸急促或心跳加快、頸部僵硬、肢體麻痺、抽搐。
- 四、持續嘔吐。

如何預防腸病毒發生

- 一、勤洗手，養成良好的個人衛生習慣，要

常以肥皂洗手，並遵循「溼搓沖捧擦」五個步驟。

- 二、幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生：接觸病患的糞便及口鼻分泌物、皮膚、水泡後，須立即以肥皂洗手，再接觸其他小朋友或物品。
- 三、均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提升免疫力。
- 四、生病的時候，應儘速就醫，並請假在家好好休息。
- 五、注意居家環境的衛生清潔及通風。
- 六、流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- 七、儘量不要與疑似病患接觸，尤其是懷孕婦女、新生兒及幼童。
- 八、新生兒可多餵食母乳，以提高抵抗力。
- 九、兒童玩具（尤其是帶毛玩具）要經常清洗、消毒。

治療照護方式

腸病毒感染目前並沒有特效藥，只能採取支持療法（如退燒、止咳、打點滴等），請不用擔心，絕大多數患者會在發病後七到十天內自行痊癒，僅有少數患者會出現嚴重併發症。

在幼兒感染腸病毒後的五天內，家長與其他照顧者要特別注意病情變化，如果出現腸病毒重症前兆，請務必立即送到大醫院，診所醫師如果發現腸病毒幼兒出現以上症狀，也請協助立即轉診大醫院。疾病管制署於民國112年已指定八十四家腸病毒責任醫院，各縣市都有。

