

防範腸病毒六問 ■ 衛生保健組

專題報導

(一) 腸病毒是什麼？

腸病毒是一群病毒的總稱，可分為克沙奇病毒，A群、B群，小兒麻痺病毒，依科病毒及其他腸病毒，一共有六十幾種。

(二) 腸病毒如何傳染？

1.經由接觸病人的口鼻分泌物、飛沫途徑傳染。2.吃進被含有病毒之糞便污染的食物，傳染力始於發病的前幾天，在喉嚨與糞便都有病毒存在，其腸道的病毒排出時間可以持續數週之久，在發病後一週傳染力最高。3.在家庭中、人群密集的地方，較容易發生傳染。

(三) 腸病毒有那些症狀？

1.感染病毒後，大約二至十天後，才會出現症狀，大多數感染者，並無症狀或極為輕微，大部分病例過了幾天後，就會自然痊癒。2.典型症狀為口腔、手掌、腳掌出現水泡、潰瘍可能合併發燒。3.病程為七至十天，極少數有可能發生無菌性腦膜炎、腦炎、心肌炎、心包膜炎、肺炎、麻痺等併發症。4.尤其新生兒及小嬰兒感染者，侵犯多種器官，死亡率高。

(四) 什麼情況下，必須要馬上看醫生？

1.不尋常的嗜睡，肌躍型抽搐（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）與持續嘔吐。2.嚴重併發症的前兆包括持續發燒，活動力降低、煩躁、不安、意識變化、昏迷，頸部僵硬、肢體僵硬、抽搐、呼吸急促，全身無力、心跳加快或心律不整，請儘速就醫。

(五) 腸病毒感染之致命機率有多高？

大多數腸病毒感染者，症狀都很輕微，甚至沒有症狀，民國八十七年臺灣地區腸病毒流行時，雖然專家對感染致死率的評估不同，但一般的估計是在十萬分之一到萬分之間，意思就是感染了腸病毒以後，99.9%以上的患者都會恢復。

(六) 如何預防腸病毒？

1.目前腸病毒中除小兒麻痺病毒外，沒有疫苗可供預防。2.請儘量避免出入公共場所，不要與疑似病患接觸。3.家中如有病患，症狀輕微者，請在家隔離，以免傳染他人。4.多休息適當補充水份。5.加強居家環境衛生及通風。6.如有學童罹病，應建議請家長予以請假暫勿上課，以免傳染

其他學童。7.增強個人之免疫力，請注意營養均衡飲食及運動。8.加強個人衛生，請常洗手。

(七) 正確的洗手方法如下：

- 1.在水龍頭下把手淋濕。
- 2.擦上肥皂或洗手液。
- 3.兩手心互相磨擦，至少二十秒。
- 4.兩手揉搓自手背至手指。
- 5.兩手揉搓手掌及手背。
- 6.作拉手姿勢以擦洗指尖。
- 7.用清水將雙手洗淨，關水前先捧水將水龍頭沖洗乾淨。
- 8.用乾淨的紙巾，擦乾雙手，並以紙巾墊手旋轉水龍頭，以避免再度污染。

2010/09/27