

腸病毒衛生教育指導

腸病毒屬於小 RNA 病毒科，為一群病毒的總稱，共有六十餘型。腸病毒可以引起多種疾病，其中大多數感染者（約佔百分之五十至八十）並沒有症狀，有些則只有發燒或類似一般感冒的症狀。特殊的臨床表現，包括手足口病、疱疹性咽峽炎，急性出血性結膜炎，和少見的無菌性腦膜炎、病毒性腦炎、肢體麻痺症候群、心肌炎、流行性肌肋痛、成人包膜炎等，傳染方式為直接接觸病人的口鼻分泌物、糞便，潛伏期約三至五天。

✚ 症狀有哪些？

絕大多數的病人，在五至七天內會自然痊癒；手足口症病人通常不發燒或微燒一至二天，手掌、腳掌、屁股和膝蓋等部位零散不痛、不癢、不結痂、不結疤的小而呈長橢圓型淡紅斑疹或小水泡疹；口腔黏膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇出現水泡潰瘍，造成疼痛、厭食、流口水。

✚ 居家照護：

- ✚ 由於口腔潰瘍，會影響病童的進食，可鼓勵病人進食冰涼的食物。
- ✚ 為了避免傳染，家人(含病人)應加強洗手，尤其是處理病人的糞便之後及飯前，避免與病人分享食物或共用餐具(如奶嘴、奶瓶、湯匙等)。
- ✚ 多補充水分、休息，少出入公共場所（在學學童請假在家避免傳染給同學）。
- ✚ 對家中第二患者須特別小心，因所接受的病毒量往往較高，故嚴重程度可能提高。
- ✚ 避免與孕婦新生兒及小孩接觸。

✚ 有下列情況時應急速就醫

- ✚ 年齡小者，尤其是三歲以下。
- ✚ 出現疹子五天內。
- ✚ 出現以下任一症狀時，活動力減低、嗜睡、劇烈嘔吐、呼吸困難、抽搐（肌抽躍）、肢體無力。