

什麼是腸病毒？

腸病毒是一群病毒的總稱，包括 23 型 A 群克沙奇病毒、6 型 B 群克沙奇、3 型小兒麻痺病毒、30 型依科病毒及 68 至 71 型腸病毒，共有 60 多種病毒。

腸病毒的傳染途徑：

經由接觸及飛沫傳染，玩具常為幼兒間的傳染媒介，由其是帶毛的玩具更容易因接觸幼兒口嘴造成大量病毒感染而發病，一般而言，發病後一周內傳染力最高，在喉嚨及糞便都有病毒存在，而在腸道的病毒排出時間可持續數週之久。

腸病毒的症狀：

感染後約二到十天才會出現症狀，但大多數感染者沒有臨床症狀或症狀極為輕微，大部分病例過了幾天之後就會自然痊癒，典型症狀為口腔、手掌、腳掌出現水泡；潰瘍，可能合併發燒，病程為七到十天，患者如果有不尋常的嗜睡、抽搐、嘔吐或有持續發燒、活動力降低、煩躁不安、肢體僵硬、呼吸急促、全身無力、心跳加快或心率不整等，必須馬上就醫。

如何預防腸病毒

目前腸病毒中除小兒麻痺病毒外沒有疫苗可以預防，所以正確的洗手，保持良好衛生習慣，減少被傳染的機會，是預防的基本方法。

1. 正確洗手方法：在水龍頭下把手淋濕，擦上肥皂或洗手液，兩手心互相摩擦，兩手搓揉自手背至手指，兩手搓揉手掌及手背，做拉手姿勢以擦洗指尖，用清水將雙手洗淨，關水前捧水將水龍頭沖洗乾淨，用乾淨的紙巾或烘手機將手烘乾。

2. 流行期間盡量避免出入公共場所。

3. 注意環境衛生及通風。

4. 罹病之學童宜接受治療請假休息以避免傳染其他學童。

5. 注意營養均衡飲食及運動，以增強個人免疫力。 **腸病毒的治療**

目前沒有特效藥，一般都是針對發生的症狀，採取對症療法。腸病毒感染之致命機率 大多感染者症狀都會很輕微，雖然專家對感染致死率的推估有所不同，一般估計是在十萬分之一至萬分之一之間。感染腸病毒後會不會有免疫力 得到某一種腸病毒感染後，至少持續有數十年的免疫力，所以對同一種病毒而言不會復發，但是有幾種的腸病毒會引起相同的手足口病或疱疹性咽峽炎，所以可能會得到一次以上的病症。

88.04.20 學務處衛生保健組 製