



## 【防疫腸病毒--大家一起來】



**腸病毒** 是一大類病毒的總稱，包括有「小兒麻痺病毒」、「克沙奇(Coxsackie)」、「伊科(Echo)」，及一般腸病毒三大項，因為這些病毒都是可經由腸道引起感染，所以在學術上統稱之為腸病毒，因為小兒麻痺在經過了多年的預防注射努力防治之後，問題已經很少了，現在的問題是小兒麻痺以外的這些腸病毒。這些腸病毒下面又可以再分為大約有七十多型，國內所流行的腸病毒，大多以克沙奇病毒稱之，因為手口足病以克沙奇病毒最常見。不同型的腸病毒引起的疾病種類也有些不同，包括手口足病、咽峽炎、無菌性腦膜炎、肢體麻痺症候群、流行性結膜炎、心肌炎等。因為有些不同的病毒也會引起相同的症狀，故手口足病這類的病症可能在一人身上發作幾次。

**腸病毒的症狀** 大約感染病毒之後二至十天以後才出現症狀，大多數人的症狀不重。標準的症狀是口腔的後部、手「掌」、腳「掌」出現水泡、潰爛，在膝蓋與臀部也時常看得到相同的水泡所以常稱了為「手足口症」。如果只有口腔「後半部」出現水泡，其它地方沒有，則稱之為「咽峽炎」。最明顯的症狀是喉嚨很疼，不敢吃東西，口水變多，同時也可能有高燒，平均七天會痊癒。有的小朋友也可能不出現標準的手足口症或咽峽炎，只有一般的感冒發燒症狀，但是在發燒退了以後，皮膚會出現類似長痱子一樣，以軀幹為主的全身性紅疹，醫學上稱之為「熱性疹症(febrile exanthematous disease)」。

如果合併有「昏睡」、「抽筋」、「嘔吐」等症狀則要住院處理而且可能有危險性，因為可以合併出現無菌性腦炎、肺炎、心肌炎、心包膜炎及麻痺等併發症。其它的危險因子還包括有：發高燒超過三天，血糖超過 150mg/dl，以及出現四肢無力的症狀等，都要特別注意。腸病毒所引起的咽峽炎與另一種病「皰疹性齒齦舌炎(Herpetic Gingivostomatitis)」甚為相似，但是「皰疹性齒齦舌炎」的潰爛位置是在口腔「前半部」，一樣會疼痛、流口水，但是不是腸病毒造成的。

### 腸病毒感染途徑：飛沫感染、糞口傳染、接觸傳染

#### 如何向腸病毒說不？！

拒絕腸病毒的方法？**拒絕飛沫傳染**，不去密閉且人多的空間。此外，腸病毒怕紫外線，所以可以帶小寶寶到戶外曬陽光。另外，咳嗽的時候，記得掩口，減少口沫散布；**拒絕糞口傳染**，吃飯前後、如廁後要徹底將手洗乾淨，切忌共飲共食的不良習慣；**拒絕接觸傳染**，洗手之後要記得不要再觸眼、口、鼻等五官七竅。食物煮熟至 56°C 以上，游泳池有加氯且符合法規規定，游泳下水之前先沖洗，游泳完後漱漱口。



**打擊腸病毒最重要的是徹底洗手，濕、搓、沖、捧、擦，尤其是「搓」的步驟，要確實施行。**

