

【腸病毒】衛教宣導

傳播方式：

腸病毒的傳染性極強，主要經由腸胃道（糞—口、水或食物污染）或呼吸道（飛沫、咳嗽或打噴嚏）傳染，亦可經由接觸病人的分泌物而受到感染。

潛伏期：

腸病毒感染的潛伏期大約 2 至 10 天，平均約 3 到 5 天，發病前數天在喉嚨及糞便都有病毒存在，即開始有傳染力，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，時間可達 8 到 12 週之久。

發病症狀：

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，常引起之症狀為手足口病、疱疹性咽峽炎，有些時候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、急性出血性結膜炎等。

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），有些時候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）等。腸病毒感染較常見的疾病、臨床症狀及可能病毒型別如下：

1. 疱疹性咽峽炎：由 A 族克沙奇病毒引起。特徵為突發性發燒、嘔吐及咽峽部出現小水泡或潰瘍，病程為 4 至 6 天。病例多數輕微無併發症，少數併發無菌性腦膜炎。
2. 手足口病：由 A 族克沙奇病毒及腸病毒 71 型引起，特徵為發燒及身體出現小水泡，主要分布於口腔黏膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇，四肢則是手掌及腳掌、手指及腳趾。常因口腔潰瘍而無法進食，病程為 7-10 天。
3. 嬰兒急性心肌炎及成人心包膜炎：由 B 族克沙奇病毒引起，特徵為突發性呼吸困難、蒼白、發紺、嘔吐。開始可能誤以為肺炎，接著會又明顯心跳過速，快速演變成心衰竭、休克、甚至死亡，存活孩子會復原得很快。
4. 流行性肌肋痛：由 B 族克沙奇病毒引起，特徵為胸部突發陣發性疼痛且持續數分鐘到數小時，合併發燒、頭痛及短暫噁心、嘔吐和腹瀉，病程約 1 週。
5. 急性淋巴結性咽炎：由 A 族克沙奇病毒引起。特徵為發燒、頭痛、喉嚨痛、懸雍垂和後咽壁有明顯白色病灶，持續 4 至 14 天。
6. 發燒合併皮疹：與各類型克沙奇及伊科病毒都有關，皮疹通常為斑丘疹狀，有些會出現小水泡。

預防方法：

腸病毒的傳染力極強，但可透過簡單的衛生保健動作，有效降低感染的機會。腸病毒的預防方法如下：

1. 勤洗手，養成良好的個人衛生習慣。
2. 均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提昇免疫力。
3. 生病時，應儘速就醫，請假在家多休息。
4. 注意居家環境的衛生清潔及通風。
5. 流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
6. 儘量不要與疑似病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童。
7. 新生兒可多餵食母乳，以提高抵抗力。
8. 兒童玩具（尤其是帶毛玩具）經常清洗、消毒。
9. 幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生。

治療方法與就醫資訊：

目前並沒有特效藥，絕大多數患者會自行痊癒，對於腸病毒重症患者之治療，只能採取支持療法。

如出現「嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力」、「肌抽躍（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）」、「持續嘔吐」與「呼吸急促或心跳加快」等腸病毒重症前兆，請務必立即送至大醫院接受適當治療，以免錯失黃金治療時間。

腸病毒71型相關病徵 及疑似重症轉診時機

腸病毒71型感染病徵及重症前兆病徵

一般病徵：0-5歲 要特別注意

腸病毒71型感染的病例中，有80%為手足口病，許多病例的手腳皮疹十分細小且不明顯，故應仔細觀察。併發重症者以五歲以下最多，所以對罹患手足口病之五歲以下兒童必須特別注意觀察。



重症出現時機：3-7天

腸病毒71型感染併發重症主要有腦幹腦炎、心臟衰竭、肺水腫與肺出血等表現，這些嚴重病症均於發病後七天內出現，平均為發病後三天左右，所以發病後七天內應特別注意觀察嚴重併發症的各種可能病徵。

三大重症前兆：

持續昏睡、持續嘔吐與肌躍型抽搐為重症三大前兆，對於腸病毒感染病患，應該囑咐家屬特別注意觀察這三種重症前兆，一有懷疑即應立刻轉送醫院。肌躍型抽搐為全身肢體突發式顫抖而有類似受到驚嚇的動作，於睡覺時發作特別頻繁，這種動作於正常兒童時偶而可見，但若每小時發作數次則為異常。

腸病毒71型侵犯中樞神經系統之症狀：

1 交感神經系統症狀：

腦幹受犯引起進一步休克之前常見交感神經興奮症狀，包括臉色蒼白、血壓上升、體溫正常時心跳過快、全身冒冷汗、神情緊張、肢體顫抖 (tremor) 等。

2 神經系統症狀：

除了肌躍型抽搐之外，還可能出現意識障礙(木僵、譫妄、呆滯、昏睡、昏迷)、抽搐、肢體麻痺、非自主性眼球動作(眼球往上看、眼球固定偏向一側、眼球亂轉、眼球震顫、鬥雞眼)、神經失調 (ataxia)、腦神經功能異常等。

3 心肺系統症狀：

常見症狀包括呼吸急促、心跳過速或過慢、輕微運動導致呼吸急促、臉色蒼白、皮膚發紺、手腳冰冷等。

疑似腸病毒重症轉診時機

罹患疱疹性咽峽炎或手足口病，或病童之親密接觸者有疱疹性咽峽炎或手足口病時，病童如果出現下列情形，應儘速轉診治療。

神經系統病徵：

包括持續昏睡、持續嘔吐、肌躍型抽搐、意識障礙(包括木僵、譫妄、呆滯、昏睡、昏迷)、急性肢體麻痺、抽搐、腦神經功能異常等神經學異常。

交感神經病徵：

包括臉色蒼白、血壓上升、體溫正常時心跳過快、全身冒冷汗、肢體顫抖 (tremor)、高血糖等。

心肺系統病徵：

包括呼吸急促、心跳過速或過慢、血壓上升或下降、脈搏微弱、輕微運動導致呼吸急促、臉色蒼白、皮膚發紺、手腳冰冷等。



衛生署疾病管制局
TAIWAN CDC

疫情通報及諮詢專線：1922

<http://www.cdc.gov.tw>

資料來源：衛生署疾病管制局

※有任何問題請洽健康中心或來電分機 2451、2452※

【健康中心 關心您的健康】