淡江時報 第 404 期

**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 一 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 。