



多數人在感染腸病毒後，約七至十天即能痊癒，但是有極少數的人感染腸病毒後，會出現嚴重併發症，如腦炎、腦膜炎、急性肢體麻痺症候群等。根據研究顯示，若家中有第二個幼兒感染腸病毒時，要特別小心注意其病情的發展因為第二個病童所接受的腸病毒量往往較高，其嚴重程度可能提高。

腸病毒群引起的疾病千變萬化，較常見的疾病有：

- 疱疹性咽峽炎：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4~6天。多數病例輕微，少數併發無菌性腦膜腦炎。
- 手口足病：特徵為發燒及身體出現小水泡，主要分布於口腔粘膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇。四肢則是手掌及腳掌、手指及腳趾間，通常因口腔潰瘍而無法進食，有些需要住院給予點滴。
- 流行性肋肌痛：特徵為胸部突發陣發性疼痛，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，病程約一週。

由於腸病毒型別很多，無法得過一次就終身免疫，目前僅有針對易造成重症的腸病毒 A71 型疫苗可以施打，途徑傳染可經口、飛沫及接觸等傳染，控制不易，民眾應注意下列預防方法：

- 一、高危險群：三歲以下小孩要特別小心，有較高比例得到腦炎、類小兒麻痺症候群或肺水腫。
- 二、增強個人之免疫力：營養、均衡飲食、適當運動及充足睡眠。
- 三、加強個人衛生：確切勤加洗手，以預防自身感染，及避免藉由接觸傳染給嬰幼兒。酒精對於殺死腸病毒沒有效果。
- 四、注意環境衛生：維持環境清潔及通風。有效的消毒方法為含氯漂白水 500 ppm 濃度、煮沸及日曬(紫外線)。
- 五、避免接觸受感染者：避免出入過度擁擠之公共場所、不要與病童(家人或同學)接觸。
- 六、如有疑似腸病毒感染症狀請儘速就醫。
- 七、家中有病童時應注意：
  - (一) 病童之排泄物(糞便、口鼻分泌物)處理完畢後應立即洗手，並建議使用 1000ppm 濃度的漂白水擦拭消毒。
  - (二) 多補充水分，學童儘量請假在家休息，以避免傳染給同學。
  - (三) 對家中之第二個病童要特別小心，其所接受的病毒量往往較高，嚴重程度可能提高。

(四) 患者應避免與孕婦、新生兒及小孩接觸。

(五) 有下列情況需立即就醫：

若家中幼兒感染腸病毒時，自症狀開始後七天內要特別注意觀察病童是否出現腸病毒重症前兆病徵（如下表所列之一者），並迅速送往區域級以上醫院就醫，以避免小孩病情惡化。

腸病毒感染併發重症前兆病徵	有	無
<b>嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力</b> 一般神經併發症是在發病二至四天後出現。 除了一直想睡外，病童顯得意識模糊、眼神呆滯或疲倦無力，原來活潑的小孩會變得安靜不想動，但發燒本身就會影響小孩活力，所以上述症狀的判斷應以體溫正常時的精神活力為準。		
<b>肌抽躍（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）</b> 通常是在睡眠中出現被驚嚇或突然間全身肌肉收縮，隨著病情變化嚴重時，在清醒時也會出現。另外，病童可能因肌肉抽躍症狀而變得無法入眠。		
<b>持續嘔吐</b> 嘔吐可為腦壓上升的症狀表現之一，嘔吐次數愈多愈要注意，尤其是伴隨嗜睡、活力下降，或只有嘔吐而無腹痛、腹瀉等腸胃炎症狀時，需要特別注意。		
<b>持續發燒、意識變化、呼吸急促或心跳加快</b> 小孩安靜且體溫正常時，心跳每分鐘 120 次以上。		

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務，出院後如有任何疑問，可利用馬偕醫院健康諮詢專線—台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760、新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311，諮詢時間：週一至週五上午 9:00-12:00，下午 2:00-5:00。

祝您 平安健康