

腸病毒指的是一群病毒，包含小兒麻痺病毒、克沙奇病毒、伊科病毒及腸病毒等種類，每一個種類還可分為多種型別，現已有上百種型別。可能造成症狀如：

手足口病、疱疹性咽峽炎、發燒、呼吸道症狀、肢體無力、痙攣、新生兒敗血症、心跳過快、呼吸困難等。

目前僅小兒麻痺病毒及腸病毒A71型有疫苗，但大多數的病毒型別尚無疫苗，只能透過洗手清潔來預防。一起肥皂勤洗手，預防腸病毒！



使用漂白水消毒環境方法

前置準備

- 1.戴上口罩及手套，室內環境保持通風
- 2.有刻度量杯、漂白水（最好有標示濃度5-6%）



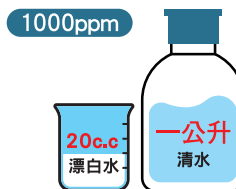
一般環境消毒



使用抹布擦拭或浸泡，30分鐘後以清水擦拭或洗淨。

* 配置好的漂白水應於24小時內使用避免失效。

嘔吐或排泄物污染消毒



1.先將漂白水（1：10）灑在污染區，以拋棄式紙巾、抹布或舊報紙清除嘔吐物或排泄物，再以漂白水由外往內擦拭污染區。

2.後以漂白水（1：50）由外往內大範圍輕灑，作用30分鐘後用清水擦拭或沖洗。

*不應使用拖把，建議使用拋棄式紙巾、抹布或舊報紙清潔，並於使用後以垃圾袋密封後丟棄，避免污染擴散。



稀釋後漂白水易沉在水底，使用前請攪拌10至20秒以上。

預防腸病毒



臺北市府衛生局

廣告

正確肥皂洗手

7 步驟

①內



搓洗手心

②外



搓洗手背

③夾



搓洗指縫

④弓



搓洗指背

⑤大



搓洗大拇指與虎口

⑥立



搓洗指間

⑦腕



搓洗手腕

1 洗手時機



吃東西前



接觸幼兒前



上廁所後



擤鼻涕後



看病前後

2 日常照護

大人和小孩都有機會感染腸病毒，尤其在人與人密切接觸、互動頻繁的場所容易傳播，家庭中應防範兄弟姊妹互相傳染，定期清洗消毒幼兒常接觸的物品、玩具及絨毛玩偶，養成良好的個人衛生習慣及正確勤洗手，並注意居家、學習環境的通風。

3 停課7日、不到公共場所

罹患腸病毒學童應自診斷後確實在家休息至少7日，不到學校、公共場所、補習班等，避免疫情擴散。不論發病後症狀是否已緩解，病童一定要停課滿7日，以降低傳播的風險！

4 大人更衣洗手

大人外出衣物上有較多髒污及致病原，返家後應換上乾淨衣物再接觸幼童

5 孕媽咪，當心新生兒垂直傳染！

新生兒腸病毒主要傳染途徑為胎盤感染、產道感染及產後感染，孕婦若在產前14天至分娩後有出現發燒、腹瀉、咳嗽、流鼻水、胸口肋骨附近的肌肉痛等症狀，很可能是感染腸病毒，務必主動告知醫師，以因應後續新生兒之照護。

新生兒感染後常見的症狀包括發燒、食慾不佳（喝奶量減少）、活動力下降、躁動不安、皮膚出現紅疹、腹瀉或嘔吐等，病況進展嚴重時可引發心肌炎、肝炎、腦炎、新生兒敗血症或多重器官衰竭等。

請準媽媽懷孕期間應注意手部及呼吸道衛生。

6 漂白水環境消毒

酒精、抗菌清潔液等對腸病毒無效，可用漂白水稀釋，使用前充分攪拌後，以擦拭、浸泡等方式清潔環境。（詳見背面）

最新消息等更多資訊
請至本局官網



7 妥善清理口鼻分泌物、排泄物

若同時照顧多名幼童，應注意衣物上是否沾染幼童鼻涕、水泡液，另外，**腸病毒可存在患者糞便中8至12週**，照顧者更換幼童尿布後應確實洗手，避免交叉感染。

8 認識重症前兆

部分腸病毒患者會併發較嚴重的症狀，一旦發現重症前兆，儘速送醫院。



持續嘔吐



呼吸急促、心跳加快
（每分鐘超過140次）



肌躍型抽搐
（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮
（通常在睡眠時出現）



嗜睡、意識不清
活力不佳



手腳無力、
步態不穩

9 臨時停課，有托育需求找托育媒合

臺北市政府社會局提供腸病毒停課停托兒童照顧服務措施，有臨時照顧服務需求之家長，請洽各區居家托育服務中心或衛生福利部社會及家庭署托育媒合平臺。

<https://ncwisweb.sfaa.gov.tw/home/nanny>

10 減少患者不適

多補充水分、可吃清涼柔軟食物，包含果汁、布丁、豆腐等，降低口腔潰瘍疼痛。