

如何照顧腸病毒感染的病童

一、什麼是腸病毒？

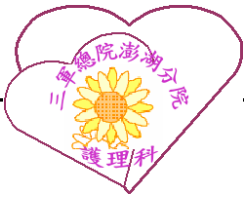
腸病毒指的是一群病毒，包含小兒麻痺病毒、克沙奇病毒、伊科病毒及腸病毒等種類，其中以感染腸病毒 71 型較容易導致嚴重的併發症。而近幾年國際間陸續發生流行疫情的腸病毒 D68 型，幼兒感染後亦可能引起嚴重的呼吸道或神經系統症狀。此外，克沙奇 B 型病毒及伊科病毒主要威脅新生兒。

二、腸病毒的傳染途徑

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、打噴嚏)傳染，亦可經由接觸病人的分泌物而受到感染。腸病毒感染的潛伏期大約 2 至 10 天，平均約 3 到 5 天，在發病前幾天，喉嚨與糞便中就含有具傳染力的病毒，而發病後的一週內傳染力最高。痊癒後，病毒還會持續經由糞便排出，時間可達 8 到 12 週之久。

三、腸病毒的症狀

大多數感染腸病毒是沒有症狀的，或只出現類似一般感冒的輕微症狀。有些時候則會引起一些較特殊的臨床表現，包括：手足口病(手腳與臀部周圍出現稍微隆起的紅疹，疹子的頂端大多有小水泡，口腔也會有潰瘍)、疱疹性咽峽炎(多數會發高燒，特徵是在口腔後部出現水泡，然後很快地破裂變成潰瘍)、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，或因感染腸病毒 D68 型而引起嚴重呼吸道症狀、腦炎或急性無力脊髓炎等。另外，新生兒受感染後可能出現的症狀包括發燒、食慾不佳、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、新生兒敗血症等。



四、腸病毒的照護與預防

感染腸病毒目前只能採取支持療法(如退燒、止咳、打點滴等)：

- (一)多幫孩子補充開水、果汁或含電解質的飲料。若因發燒、嘔吐、胃口不佳而脫水者，可就醫由醫師評估給予點滴注射治療。
- (二)因為口腔潰爛而疼痛，要避免熱食、較硬的或刺激性的食物，儘量選擇軟質或流質飲食(如布丁、冰淇淋、果凍等)。
- (三)落實「生病不上學」，讓病童好好在家休息，才能較快痊癒，也較能防止孩子交互感染，而且返校後仍要戴口罩、勤洗手。
- (四)病童口鼻分泌物與排泄物應小心處理，加強洗手技術。避免共用餐具，以免交互傳染。流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- (五)家用品及玩具(尤其是帶毛玩具)經常清洗，並以高溫(煮沸)、紫外線(日曬)、化學製劑(含氯漂白水)等方式消毒。一般環境清潔消毒，建議使用500ppm 濃度之漂白水(100cc 的漂白水加入 10 公升的自來水中)；被病童分泌物或排泄物污染之物品或表面，建議使用 1000ppm 之漂白水。
- (六)儘量不要與疑似病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童。
- (七)新生兒可多餵食母乳，以提高抵抗力。
- (八)當病童出現以下腸病毒重症前兆病徵時，應迅速送往大醫院就醫：嗜睡、意識改變、活力不佳、手腳無力、肌躍型抽搐(無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮)、持續嘔吐、呼吸急促或心跳加快。

參考資料

衛生福利部疾病管制署(2018, 7月5日)·腸病毒防治工作指引·取自

<https://www.cdc.gov.tw/downloadfile.aspx?fid=D3A5CBE6B22C73CD>

林芳怡(2017)·兒童期常見傳染病及其護理·於陳月枝總校閱，實用兒科護理(八版，320-324頁)·台北市：華杏。