

腸病毒

一、何謂腸病毒？

腸病毒是過濾性病毒之一，可分克沙奇病毒（Coxsackievirus），含 A 型及 B 型、小兒麻痺病毒、伊科病毒（Echovirus）及腸病毒（Enterovirus）共 60 餘型。世界各地均有，於夏季、初秋流行，台灣地區每年 3~11 月流行，7~9 月為高峰期，多發生 10 歲以下小孩，雖有成人個案但很少見，人群密集處亦易發生流行。

二、傳染途徑？

人類是腸病毒的傳染來源，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，可經由接觸病人皮膚水泡的液體而受到感染。發病前數天，喉嚨部位與糞便就可發現病毒，此時即有傳染力，通常以發病後一週內傳染力最強；患者可持續經由腸道釋出病毒，時間長達 8 到 12 週之久。

三、臨床表徵

- 一、泡疹性咽峽炎：主要由 A 型克沙奇病毒引起；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 4-6 天；多數病例輕微無併發症，少數併發無菌性腦膜炎。
- 二、手足口病：可由 A、B 型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，主要分布於口腔粘膜及舌頭；四肢則是手掌及腳掌，手指及腳趾間，病患常因口腔潰瘍而無法進食，有些需要住院給予點滴，病程為 7-10 天。
- 三、流行性肋肌痛：B 型克沙奇病毒引起；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、頭痛及噁心、嘔吐和腹瀉，病程約一週。
- 四、嬰兒急性心肌炎及成人心包膜炎：B 型克沙奇病毒引起；特徵為突發性呼吸困難，蒼白，發紺，嘔吐，接著會有明顯心跳過速，演變成心臟衰竭，休克，甚至死亡。
- 五、急性淋巴結性咽炎：由 A 型克沙病毒引起；特徵為發燒、頭痛、



喉嚨痛，可持續 4-14 天。

- 六、無菌性腦膜炎與腦炎：克沙奇、小兒麻痺及伊科病毒皆會引起，無法由臨床表徵鑑別。特徵為發燒、噁心、嘔吐、頭痛等。
- 七、發燒合併皮疹：由克沙奇病毒及伊科病毒引起；皮疹通常為斑丘疹狀，有些會出現小水泡。

四、治療

1. 無特殊之治療方法，醫師大都給予緩解症狀之支持性療法。
2. 小心處理病患之排泄物(糞便、口鼻分泌物)，且處理完畢後必須立即洗手。
3. 多補充水分，多休息，病童儘量請假在家休息，以避免傳染給同學。
4. 家中如有第二個病患要特別小心，其接受病毒量往往較高，嚴重程度會提高。
5. 避免與孕婦、新生兒及小孩接觸。

五、腸病毒之防治

由於腸病毒型別很多，無法得過一次就終身免疫，目前沒有預防的疫苗(小兒麻痺除外)，可經口、飛沫、接觸之途徑傳染，控制不易，提醒民眾應注意下列一般之防範方法：

1. 增強個人之免疫力：注意營養，均衡飲食及運動。
2. 加強個人衛生：戴口罩與勤洗手，尤其勤洗手，以防感染或藉由接觸傳染給嬰幼兒。
3. 注意環境衛生：環境清潔及通風。
4. 避免接觸受感染者：避免出入過度擁擠之公共場所，不要與疑似病患(家人或同學)接觸。
5. 高危險群：三歲以下小孩要特別小心，有較高機率得到腦炎，類小兒麻痺症候群或肺水腫；而民國 70 年以後出生的人對腸病毒 71 型都沒有抗體，都可能受感染，要特別注意。



六、預防腸病毒？

目前腸病毒中，除了小兒麻痺病毒外，沒有疫苗可以預防，所以勤於正確洗手、保持良好個人衛生習慣，減少被傳染的機會是預防的基本方法。

(一)養成勤洗手的好習慣。

正確洗手五步驟：

1 濕：在水龍頭下把手淋濕

2 搓：擦上肥皂或洗手液，兩手交叉並互相摩擦，兩手搓揉手掌及手背，作拉手姿勢以擦洗指尖，此動作至少須 20 秒。

3 沖：用清水將雙手沖洗乾淨。

4 捧：捧水將水龍頭清洗乾淨。

5 擦：用擦手紙、乾淨的毛巾或手帕將手擦乾淨。

(二)玩具常清洗，不放口裡咬。

(三)避免傳染，不去公共場所人擠人。

(四)生病時儘早就醫，請假在家多休息。

(五)注意家裡的清潔與通風。

(六)抱小孩之前要洗手。

(七)大人小孩都要注意衛生。

