

腸病毒防治



什麼是腸病毒？



腸病毒是一群病毒的總稱，因為這些病毒都可經由腸道引起感染，所以被稱為腸病毒。

臺灣的氣候濕熱，適合腸病毒存活，全年都有個案發生，以4至9月為主流行期。





腸病毒是怎麼傳染的？



腸病毒可以存活在口、鼻分泌物及手足部水泡及糞便中，因此，感染腸病毒的病人，可能會透過咳嗽或打噴嚏，將病毒散佈在空氣中；另外，接觸病人的分泌物，或是被病毒汗染的玩具或物品表面後，如果沒有好好洗手，很容易就把病毒吃進肚子裡，就有可能得到腸病毒了。





腸病毒的症狀有哪些？



年紀比較大的小朋友得到腸病毒症狀比較不明顯，但是年紀越小得到腸病毒就越危險喔！

可能的症狀有：



手足和口腔會出現小紅疹（水泡）



咽喉部出現小水泡或潰瘍



皮膚出現小水泡紅斑疹

照片提供：臺大醫院小兒部李秉穎副教授

注意腸病毒重症前兆

出現腸病毒重症前兆病徵，立即送大醫院就醫

多數人感染後無症狀或症狀輕微，常見症狀有手足口症、疱疹性咽峽炎等，約7-10天即能痊癒，若出現以下症狀，請儘速轉送大醫院治療

嗜睡

嗜睡



肌躍型抽搐



肌躍型抽搐

呼吸急促
心跳加快

呼吸急促或心跳加快



持續嘔吐



持續嘔吐



得了腸病毒 要怎麼辦？



速就醫

有症狀即就醫，依醫囑服用藥物。



勤洗手

肥皂勤洗手，搓洗20秒，洗後擦乾。

肥皂勤洗手，腸病毒快走

正 確 洗 手 五 步 驟



濕

開龍頭把手淋濕
並抹上肥皂或洗
手乳



搓

肥皂起泡後，
將手心、手背、
指縫搓揉20秒



沖

用清水將雙手
沖洗乾淨不殘
留



捧

捧水沖洗水龍
頭後，關閉水
龍頭



擦

用乾淨毛巾
或紙巾把手
擦乾



洗手五時機



1 上廁所後



2 擤鼻涕後



3 吃東西前



4 看病前後



5 跟小寶寶玩前



平時要怎麼預防腸病毒？



防疫六大秘笈

病毒不上身

- 1 保持好習慣，每天勤洗手。
- 2 人潮擁擠處，盡量少去走。
- 3 居家要整潔，通風別忘了。
- 4 玩具常清洗，別放口中咬。
- 5 生病要就醫，請假多休息。
- 6 平時多運動，增強免疫力。



得了腸病毒 要怎麼辦？



減少去

減少出入人潮擁擠的室內場所。



多休息

生病在家休息，不上班不上課。



得了腸病毒 要怎麼辦？



好作息

多運動、均衡飲食，增強抵抗力。



戴口罩

咳嗽戴口罩，避免傳染人。

漂白水消毒劑泡製方式

市售消毒劑含氯漂白水(以次氯酸鈉濃度5%計算)

- 一般環境消毒
 - 500ppm，次氯酸鈉濃度為0.05%
 - 漂白水與水的比例 1:100

清水 1250cc x 8寶特瓶 = 10公升
家用漂白水 x 5湯匙 = 100cc
500ppm含氯漂白水

100c.c漂白水 + 10公升清水中
(免洗湯匙5瓢) (8瓶大瓶寶特瓶)

- 病童分泌物或排泄物污染之物品或表面
 - 1000ppm，次氯酸鈉濃度為0.1%
 - 漂白水與水的比例 2:100

200c.c 漂白水 + 10公升清水中
(免洗湯匙10瓢) (8瓶大瓶寶特瓶)

免洗湯匙一瓢約 20 c.c
大瓶寶特瓶一罐約 1250 c.c

消毒重點

- **以重點消毒取代大規模噴藥消毒**

對於常接觸物體表面如門把、課桌椅、餐桌、嬰兒床、樓梯扶把玩具、教具、遊樂設施、寢具、開關等公共區域加強清洗。

- **善用戶外紫外線**

可移至室外的東西，可移到陽光下曝曬，加強消毒效果。

謝謝聆聽