



高雄市立小港醫院  
(委託財團法人高雄醫學大學經營)  
腸病毒衛教

台灣因為地處亞熱帶，氣候溼熱，適合腸病毒生存與繁殖，常見於春、夏及初秋季節流行，其中以每年4月至9月為主要流行期。腸病毒常見症狀包括：手足口症及疱疹性咽峽炎，手足口症患者會在手掌、腳掌、膝蓋與臀部周圍出現稍微隆起紅疹，疹子頂端大多有小水泡，口腔會有潰瘍無法進食，病程為7-10天，疱疹性咽峽炎患者大多會發高燒，在口腔後部出現水泡，然後很快地變成潰瘍，病程為4-6天。腸病毒可以感染大人與小孩，隨著年齡增長，症狀越不明顯，有些感染者只有發燒或類似一般感冒症狀，也有很多是沒有症狀感染，但是具有傳染力，故請注意以下事項：

### 一、預防方法

- (一)勤洗手，養成個人良好衛生習慣。
- (二)懷疑腸病毒時儘速就醫，並請假在家休息。
- (三)注意居家環境清潔與通風。
- (四)流行期避免出入人多擁擠、空氣不流通公共場所。
- (五)不要跟疑似病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童，新生兒減少不必要的訪客探訪最為重要。
- (六)新生兒多餵食母乳，增加抵抗力。
- (七)兒童玩具多消毒清潔。
- (八)新生兒或幼兒照顧者須特別注意個人衛生。

### 二、家中有病患時應注意

- (一)小心處理病患之排泄物（糞便、口鼻、分泌物），且處理完畢應立即洗手。

- (二)對疑似感染腸病毒幼學童，建議其適當休息與適當補充水分，並依照醫師指示接受治療，在家多休息。
- (三)避免硬、燙食物，需採溫和、軟質飲食及進食後口腔清潔
- (四)對家中之第二個病患要特別小心，其所感染的病毒量往往較高，嚴重程度可能提高。
- (五)腸病毒消毒方法：對於常接觸物體表面、玩具、遊樂設施、寢具及書本需做重點性消毒。以 500ppm(次氯酸鈉濃度為 0.05%)含氯漂白水擦拭。泡製方法：100c.c.漂白水 +10000c.c.清水中。

### 三、盡速就醫

出現以下腸病毒感染併發重症前兆時，或治療後症狀持續未緩解時，立刻至大醫院就醫，並主動告知醫師病童病情及最近是否有疑似或被診斷疑似為腸病毒感染之親友等資訊：

- (一)持續發燒、嗜睡、意識不清、手腳無力
- (二)肌抽躍(類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作)。
- (三)持續嘔吐
- (四)呼吸急促或心跳加快。

若有任何疑問，請撥諮詢專線：(07) 8036783 轉 3250 或 3252

**“小港醫院兒科門診關心您”**