

腸病毒衛教

小兒感染科 張一凡醫師

夏天是腸病毒流行的季節，讓我們來了解腸病毒，守護孩童的健康吧！腸病毒(Enterovirus)是一種不具外套膜的病毒（所以酒精殺不死腸病毒，要用水把它沖掉）。目前已知廣義腸病毒有近百種，包括可能引起嬰幼兒重症的腸病毒 71 型，新生兒敗血症及心肌炎的克沙奇 B 病毒和伊科病毒。

腸病毒傳染途徑為飛沫傳染或接觸傳染，經由接觸到病患口鼻分泌物或糞便中病毒而被傳染；潛伏期約 3-6 天。

腸病毒的症狀包括：

1. **皰疹性咽峽炎**：突發性高燒後，在喉嚨出現水泡，水泡迅速破掉變成潰瘍，病童往往抱怨喉嚨痛，拒絕進食，幼兒常會因為痛而不敢吞口水造成口水直流的狀況。發燒常持續 1-3 天，潰瘍癒合需一週。
2. **手足口病**：也會發燒，伴隨口腔潰瘍，此外，在手掌、腳掌、膝蓋以及屁股出現小水泡與紅疹。發燒持續 1-3 天，口腔潰瘍和疹子癒合同樣需要一週左右。
2. **腸病毒重症**：除了皰疹性咽峽炎和手足口病之外，腸病毒(尤其是 71 型)可能侵犯腦幹造成病患意識不清，心肺衰竭等重症。腸病

毒 71 型感染造成重症的機會小於千分之一，但是死亡率很高，而且併發重症的病例以兩歲以下的幼兒為多，因此在照顧感染腸病毒的幼兒，要特別注意觀察有無出現**重症前驅症狀**出現。

四大重症前驅症狀為**持續昏睡、肌躍型抽搐、持續嘔吐、持續心跳加快**。當發現孩子有嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力、呼吸急促或退燒時仍然心跳加快時，應及早就醫。肌躍型抽搐是突然間全身肌肉收縮，類似嬰兒受驚嚇時的反射動作。這種動作在正常孩子睡覺時或是要入睡時，偶爾可以見到。但是如果每小時都觀察到發作數次，或是頻繁從睡中驚醒，或是清醒時都頻繁發作，即屬異常。持續嘔吐、持續發燒，尤其是高燒到 39 度以上，燒超過三天，這些在照顧時也要密切注意。

除了以上所提的，居家照顧方面還要注意以下幾點：

1. 因口腔潰瘍影響進食者，為補充體力及防止脫水，仍應盡量餵食，避免太燙的食物，可用冰冷的飲料食物，較不會引起喉嚨不適，病童接受度較高。
2. 患兒有呼吸道症狀者，家人或患兒應戴口罩。家人應加強洗手，特別是處理患兒的大便後或是進食前。酒精乾洗手沒辦法殺死腸

病毒，因此請用肥皂洗手。避免與患兒共用餐具如奶嘴、奶瓶、湯匙。

3. 盡量避免出入公共場所，如患兒有上托嬰中心或就學，請通知托育人員和學校老師。

最後，當孩子出現前述之重症前驅症狀時應及早就醫。若孩子因無法進食，造成脫水現象如尿量減少、哭鬧時沒有眼淚、皮膚和口腔黏膜變得乾燥、嬰兒囟門凹陷等，就需要帶孩子來醫院，讓醫師評估孩子的病況。