



流行季節
不輕忽

病毒性 腸胃炎 不找我!



● 病毒性腸胃炎介紹 ●

病毒性腸胃炎常見致病原包括諾羅病毒、輪狀病毒、腺病毒等。諾羅病毒及輪狀病毒主要流行季節為11月至隔年3月，而腺病毒則一整年都會發生，常於教托育機構、收容機構及長照機構等人口密集場所造成群聚感染。



5 步驟 防治照護

1 勤以肥皂洗手

如廁後、進食或準備食物前以肥皂勤洗手，酒精性乾洗手無效。



2 食物澈底煮熟

所有食物(尤其是海鮮類)澈底清洗及煮熟。



3 環境消毒

常接觸表面如馬桶、門把、玩具表面以1000ppm漂白水加強消毒。



4 嘔吐物及排泄物處理

糞便及嘔吐物應以5000ppm漂白水覆蓋30分鐘，再沖入下水道。



5 生病在家休息



症狀解除48小時後才可上班上課。

消毒水泡製方法 請選用含次氯酸鈉濃度5%以上之漂白水 註:養樂多罐約100cc·大瓶寶特瓶約1250cc

濃度	500ppm	1000ppm	5000ppm
配製方式	100cc漂白水+10公升清水 1罐養樂多罐 + 8瓶大瓶寶特瓶	200cc漂白水+10公升清水 2罐養樂多罐 + 8瓶大瓶寶特瓶	1000cc漂白水+10公升清水 10罐養樂多罐 + 8瓶大瓶寶特瓶
用途	平時環境消毒	發病期間環境消毒	糞便及嘔吐物處理



高雄市政府衛生局 關心您

如果您對相關疫情或防治措施有任何疑義，可參閱衛生局全球資訊網 <http://khd.kcg.gov.tw/>
免付費疫情通報專線 **1922** (0800-001922) | 或衛生局防疫專線 (07)723-0250 (廣告)

Fight! 流感 ByeBye

洗手 口罩 勤消毒

1 平日防治



環境常消毒
及通風

洗手、洗臉
、換衣服



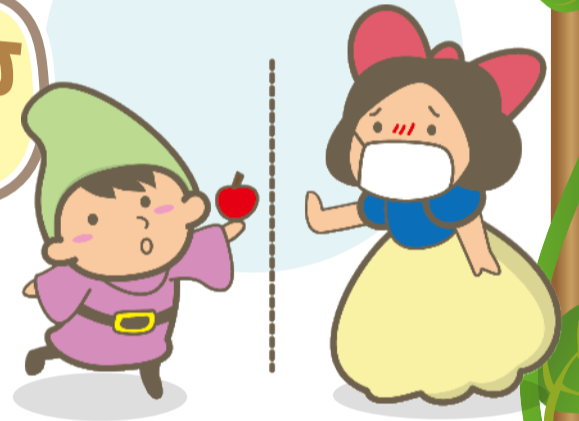
記得戴口罩

生病
在家休息



每年按時施打
流感疫苗

第二小孩
隔離照護



2 初期症狀

出現發燒、頭痛、肌肉痠痛等
流感症狀，請速至公費流感抗
病毒藥劑合約醫療院所就醫。



流行期避免使用
電動遊戲設施



3 危險徵兆

出現呼吸困難、急促、發紺（
缺氧）、血痰或痰液變濃、胸
痛、意識改變、低血壓等流感
危險徵兆應及早就醫。



呼吸困難
或急促



胸痛



意識模糊



高雄市政府衛生局 關心您

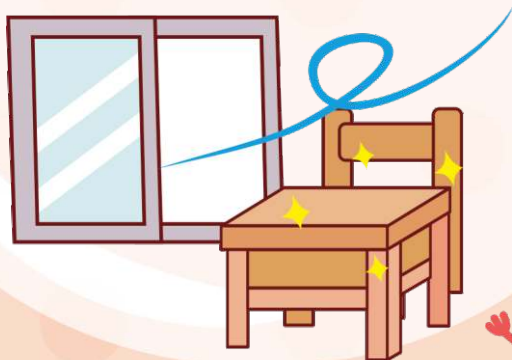
如果您對相關疫情或防治措施有任何疑義，可參閱衛生局全球資訊網 <http://khd.kcg.gov.tw/>

免付費疫情通報專線 **1922** (0800-001922) | 或衛生局防疫專線 (07)723-0250 (廣告)

水痘防護四步驟

第 1 步

環境加強清消，每天至少1次以500ppm漂白水擦拭兒童常接觸物品表面，室內保持通風



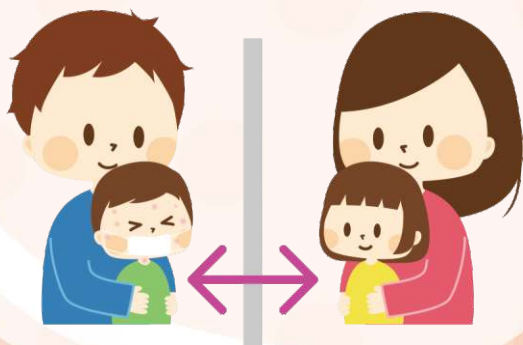
第 2 步

生病戴口罩速就醫，請假至水疱結痂為止



第 3 步

家中第二小孩應隔離照護



第 4 步

建議幼兒滿 4 到 6 歲自費施打水痘疫苗第二劑



小於 1 歲之嬰兒、孕婦、成人及免疫缺陷者是水痘併發症之高危險群，要更加注意喔!



《雄健康-高雄市政府衛生局》



高雄市政府衛生局 關心您

廣告

防疫專線 07-7230250



腸病毒小知識



Q. 腸病毒的流行季節是什麼時候呢？

每年的4-10月是腸病毒的流行季節，但因台灣位處亞熱帶，所以全年都可能有感染發生。



Q. 腸病毒是如何傳染的呢？

腸病毒主要經由腸胃道、 呼吸道或接觸病人皮膚水泡液而受到感染。



Q. 感染腸病毒後會有什麼症狀呢？

典型症狀為口腔、手掌、腳掌出現水泡、潰瘍，可能合併發燒。



Q. 要如何預防腸病毒呢？



勤洗手

大人從外返家記得洗手、洗臉、換衣服，再接觸家中小孩。

加強個人衛生



雙手不碰眼、口、鼻，腸病毒流行期間避免出入人多的公共場所及接觸遊戲器材。

注意環境衛生



保持通風、定期使用漂白水清消環境。

增強個人免疫力



均衡飲食、充足睡眠及適當運動。

落實生病不上課







如有疑似腸病毒感染症狀，請儘速就醫並請假在家休息。

Q. 家中有病患時要注意什麼呢？

- ⚠️ 小心處理病患排泄物、口鼻分泌物，處理完畢應立即洗手。
- ⚠️ 落實生病不上學，也不要到安親班或補習班，以免傳染給其他同學。
- ⚠️ 家中第二個病患要特別小心，因為其所接觸到的病毒量往往較高，嚴重程度也可能提高。
- ⚠️ 針對腸病毒九大藏匿點(如門把、課桌椅、餐桌、樓梯扶手、玩具、寢具、廁所、遙控器及電燈開關等)，以500PPM漂白水重點性消毒；消毒完畢的物品可移至戶外曬太陽。
- ⚠️ 遭病童分泌物或排泄物污染之物品，請使用1000ppm的漂白水消毒。

漂白水配製方法

濃度	500 ppm	1000 ppm
配製方式	100cc漂白水 + 10公升清水  1罐 +  8瓶 養樂多罐 + 1250cc寶特瓶	200cc漂白水 + 10公升清水  2罐 +  8瓶 養樂多罐 + 1250cc寶特瓶
用途	平時環境消毒	消毒遭病童分泌物或排泄物污染之物品



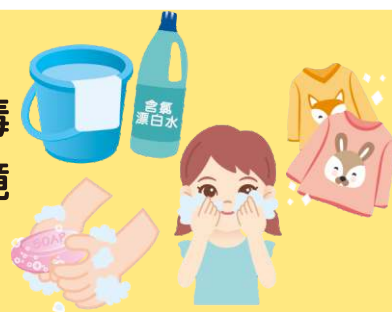


遠離腸病毒



積極預防期

- ⊕ 增強免疫力
- ⊕ 住家及兒童玩具常清潔消毒
- ⊕ 每日以漂白水清潔消毒環境
- ⊕ 返家洗手、洗臉、換衣服
- ⊕ 保持通風



輕症期

- ⊕ 症狀：手足口病、泡疹性咽喉炎
- ⊕ 看醫生
- ⊕ 請假在家休息
- ⊕ 家中第二小孩做好隔離照護



重症期

- ⊕ 重症前兆：肌躍型抽搐、嗜睡/活力不佳、持續嘔吐、心跳加速、呼吸急促

- ⊕ 速送本市6家腸病毒責任醫院：

- ◊ 高雄榮民總醫院
- ◊ 高雄醫學大學附設中和紀念醫院
- ◊ 高雄長庚醫院
- ◊ 高雄義大醫院
- ◊ 高雄市立聯合醫院
- ◊ 高雄市立小港醫院



新生兒腸病毒 勿輕忽！

- 💡 新生兒可能透過胎盤、孕婦分娩過程或產後人際接觸等途徑感染腸病毒。
- 💡 孕婦生產前後，如出現發燒、上呼吸道感染、腹瀉、肌肋痛等症狀，請主動告知醫師；並徵詢醫師建議是否繼續哺餵母乳。
- 💡 接觸新生兒前，應先洗手，必要時請更衣、戴口罩。
- 💡 若身體不適，應避免接觸新生兒。

