



# 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 養樂多空瓶 + 8瓶 1250cc寶特瓶	200cc漂白水 + 10公升清水 2罐 養樂多空瓶 + 8瓶 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。

