

認識腸病毒

腸病毒感染是幼兒常見的疾病，腸病毒指的是一群病毒，包含克沙奇病毒、伊科病毒及腸病毒等等種類。

台灣氣候溫暖潮濕，適合腸病毒生存，以 **4-9 月為主要流行期**，但其實全年都有腸病毒感染個案，冬天也有腸病毒病例，只是比較少而已。

傳染方式：

腸病毒的傳染性極強，主要經由**腸胃道（糞-口、水或食物污染）**或**呼吸道（飛沫、咳嗽或打噴嚏）**傳染，也可經由**接觸病童皮膚上的水泡及分泌物**而傳染。

症狀：

- **手足口症：**
特徵為發燒及身體出現小水泡，主要分布於口腔黏膜及舌頭，其次為軟顎、牙齦和嘴唇，四肢則是手掌及腳掌、手指及腳趾，常因口腔潰瘍而難以進食。
- **泡疹性咽峽炎：**
特徵為突發性發燒、嘔吐及咽峽部出現小水泡或潰瘍、流口水。

居家照護：

- 由於口腔潰瘍非常疼痛，常影響幼兒的進食。冰涼、軟的食物較不會造成口腔疼痛。
- 為了避免傳染，應加強洗手，尤其是處理幼兒的糞便與接觸病童的分泌物後及飯前。

出現以下重症前兆應立即送醫：

- 嗜睡
- 肌躍型抽搐
- 呼吸急促或心跳加快
- 持續嘔吐

預防方法：

- 勤洗手，養成良好的個人衛生習慣。
- 避免與幼兒分享食物或共用餐具（如奶嘴、奶瓶、湯匙等）。
- 流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- 幼兒之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生，家長回家後應洗手、更衣後再接觸家中嬰幼兒。

