

## 托嬰中心及幼兒保育人員腸病毒宣導資料

### 壹、腸病毒感染

腸病毒世界各地都有，通常在春、夏季及初秋流行，台灣因為地處亞熱帶，氣候濕熱，適合腸病毒生存與繁殖，所以全年都有腸病毒病人。

腸病毒常見的症狀包括手足口病及疱疹性咽峽炎，手足口病患者會在手掌、腳掌、膝蓋與臀部周圍會出現稍微隆起的紅疹，疹子的頂端大多有小水泡，口腔也會有潰瘍；疱疹性咽峽炎患者大多會發高燒，在口腔後部出現水泡，然後很快地破掉變成潰瘍。腸病毒可以感染大人與小孩，隨著年齡增長，症狀愈不明顯，有些感染者只有發燒或類似一般感冒的症狀，也有很多是沒有症狀的感染，但是具有傳染力。

腸病毒可以經由吃進被含有病毒之糞便所污染的食物而受傳染，或經由接觸病人的口鼻分泌物（咳嗽、打噴嚏飛沫）及皮膚上潰瘍的水泡等途徑傳染。病毒常由孩童或成人自外面帶回感染家中嬰幼兒，也可能經由接觸無症狀帶病毒感染者，或病人的口鼻分泌物傳染。玩具（尤其是帶毛的玩具）也常是幼童間傳染的媒介，容易在把玩咬弄之間讓病毒經由口鼻進入而感染。

感染腸病毒後，在症狀出現之前幾天就具有傳染力，此時在感染者咽喉與糞便都可發現病毒存在，在發病後一週內，口鼻分泌物所含之病毒量達到最高，此時期之傳染力強，而經由腸道排出病毒的時間可持續數 6 至 8 週，甚至長達 12 週之久。

腸病毒在家庭之中有很高的傳染率，在人群密集的地方，如學校等處也較容易發生傳染。由於腸病毒在發病後的一週內傳染力最高，需特別注意感染者之隔離照顧，也必須特別小心處理感染者之糞便、口鼻分泌物、皮膚上水泡；發病兩週後，咽喉之病毒排出量大量減少，透過口鼻分泌物、飛沫、接觸等途徑傳染的危險性降低，但仍應注意個人衛生，避免接觸傳染，同時因感染者在復原後亦會持續由糞便排出病毒，因此仍須養成時時正確洗手、避免以手碰觸口鼻等衛生習慣，以防將病毒傳染給他人。

## 貳、重症前兆病徵

大多數人在感染腸病毒後，約 7 至 10 天即能痊癒，但是有極少數的人感染腸病毒後，會出現嚴重併發症，如腦炎、腦膜炎、急性肢體麻痺症候群...等。另外，根據研究資料顯示，若家中有第二個幼兒感染腸病毒時，要特別小心注意其病情的發展，因為第二個病人所接受的腸病毒之病毒量往往較高，其嚴重程度可能提高。

目前國內對於腸病毒感染併發重症已有很好的治療方式，因此，若嬰幼兒經醫師診斷感染腸病毒時，自症狀開始後 7 天內要特別注意觀察是否出現腸病毒重症前兆病徵（如下表所列之一者），並迅速送往大醫院就醫，以避免小孩病情惡化。

腸病毒感染併發重症前兆病徵	有	無
<b>嗜睡、意識改變、活力不佳、手腳無力</b> 除了一直想睡外，病童顯得意識模糊、眼神呆滯或疲倦無力，原來活潑的小孩會變得安靜不想動，但發燒本身就會影響小孩活力，所以上述症狀的判斷應以體溫正常時的精神活力為準。		
<b>肌躍型抽搐（無故驚嚇或突然間全身肌肉收縮）</b> 通常是在睡眠中時出現被驚嚇或突然間全身肌肉收縮，隨著病情變化嚴重時，在清醒時也會出現。另外，病童可能因肌躍型抽搐症狀而變得無法入眠。		
<b>持續嘔吐</b> 嘔吐可為腦壓上升的症狀表現之一，嘔吐次數愈多愈欲要注意，尤其是伴隨嗜睡、活力下降，或只有嘔吐而無腹痛、腹瀉等腸胃炎症狀時，需要特別注意。		
<b>呼吸急促或心跳加快</b> 小孩安靜且體溫正常時，心跳每分鐘 120 次以上。		

## 參、腸病毒消毒注意事項

### 一、消毒工作重點：

- (一) 應進行全面環境清潔及重點消毒工作，包括：電梯按鈕、手扶梯、門把、手推車、嬰兒床、兒童遊戲設施及玩具等，均要以消毒劑進行清潔與消毒。
- (二) 清潔消毒時，工作人員應穿戴防水手套、口罩等防護衣物，工作完畢後手套應取下，避免碰觸其他物品而造成污染。

### 二、建議消毒方法：

- (一) 戶外紫外線、紫外線殺菌燈、氯及煮沸等方法均能有效殺滅腸病毒，衣物等物品可使用沸水浸泡或曝曬等消毒方式。
- (二) 酒精（為乾式洗手液常見的主要殺菌成分）、乙醚、氯仿、酚類（如：來舒）等常見消毒劑對腸病毒殺滅效果不佳，請避免使用。
- (三) 建議使用濃度為 **500ppm 漂白水**，配置方法如下：  
市售家庭用漂白水濃度一般在 5 至 6%，以喝湯用的湯匙舀 **5 湯匙共約 80-100cc**，加入 10 公升的自來水中（大瓶寶特瓶每瓶 1,250cc，8 瓶等於 10 公升），攪拌均勻，且於 24 小時內使用。
- (四) 如遭病童口鼻分泌物或排泄物污染之物品或表面，建議使用 **1000ppm 漂白水** 擦拭（取 20cc 市售家庭用漂白水加入 1 公升之自來水）。
- (五) 另可參考通過衛生署疾病管制局委託社團法人「國家生技醫療產業策進會」審查推薦之防疫產品，請至 <http://www.cdc.gov.tw/ct.asp?xItem=35182&ctNode=220&mp=1> 查詢，並選用適合腸病毒消毒之產品。

### 三、使用漂白水注意事項：

- (一) 使用口罩、橡膠手套和防水圍裙，最好也使用護目鏡保護眼鏡以避免被噴濺到。如果漂白水濺入眼睛，須立刻以清水沖洗至少 15 分鐘並即就醫診治。

- (二) 在通風良好處配製和使用漂白水。
- (三) 漂白水需使用冷水稀釋，因為熱水會分解次氯酸鈉，並降低其消毒效果。
- (四) 有機物質會降低漂白水效果，消毒擦拭之前應將表面的有機物清除乾淨，例如：分泌液、黏液、嘔吐物、排泄物、血液和其他體液，使漂白水可以充分作用。
- (五) **擦拭消毒的接觸時間建議超過 10 分鐘，之後可再以清水擦拭，以降低異味。** 浸泡消毒的接觸時間建議超過 30 分鐘。
- (六) 不要與其他家用清潔劑一併或混合使用，以防降低消毒功能及產生化學作用。當漂白水 and 酸性清潔劑（如一些潔廁劑、鹽酸）混合時，會產生有毒氣體（如氯氣），可能造成傷害或死亡。如有需要，應先使用清潔劑並用水充分清洗後，才用漂白水消毒。
- (七) 未稀釋的漂白水在陽光下會釋出有毒氣體，所以應放置於陰涼及兒童碰不到的地方。
- (八) 請勿使用不透氣之玻璃瓶，長期盛裝 5-6% 漂白水，以避免累積氣壓而爆炸，應使用塑膠瓶盛裝。
- (九) 由於次氯酸鈉會隨時間漸漸分解，因此宜選購生產日期較近的漂白水，並且不要過量儲存，以免影響殺菌功能。
- (十) 稀釋的漂白水，應當天配製並標示日期名稱，而未使用的部分在 24 小時之後應丟棄。
- (十一) 稀釋的漂白水必須加蓋及避免陽光照射，最好存放在避光的容器並避免兒童碰觸。

若您想知道更多腸病毒的資訊，可逕洽當地衛生局或至疾病管制局網站查詢 (<http://www.cdc.gov.tw>)，或多利用民眾疫情通報及諮詢服務專線：1922。