

# 認識腸病毒 及照護



小兒科門診 製作

諮詢專線：(04)7113456#8080

讚美專線：0809-055215

住址：彰化市中山路一段366號

服務專線：04-7113456



彰化基督教醫療財團法人  
漢銘基督教醫院

CHANGHUA CHRISTIAN MEDICAL FOUNDATION  
HANMING CHRISTIAN HOSPITAL

制定日期：2023年05月

修訂日期：2026年05月(第二版)

51500-單張-中文-709-02

## 一、前言

腸病毒是一群病毒的總稱，包含克沙奇病毒、伊科病毒及腸病毒68-71型。整年都有病例，其中以5-6月、9-10月為流行高峰期，所有年齡層都有可能被感染，但五歲以下幼兒是併發重症的高危險群。

## 二、傳染途徑

1. 糞口傳染：吃到受污染的食物或水。
2. 呼吸道：咳嗽或打噴嚏的飛沫傳染。
3. 接觸病人分泌物的水疱或分泌物感染。

## 三、症狀

腸病毒感染發病後一週內傳染力最強，多數人感染後，不會發病或只有類似感冒的輕微症狀。

常見典型症狀：

1. 手足口病：發燒、手足腳、口腔、臀部出現紅疹、水疱、潰瘍。
2. 疱疹性咽峽炎：發燒、不吃東西、嘔吐、咽峽部出現小水疱或潰瘍。
3. 其他：無菌性膠膜炎、腦炎、心肌炎、肢體麻痺、急性出血性結膜炎，依感染的病毒型不同會有不同的症狀。

#### 四、照顧注意事項

1. 照顧前後、換尿布後，務必用肥皂洗手。
2. 患者用過的餐具要分開清洗，並煮沸消毒。
3. 發病後，需在家休息至少7天，避免到公共場所。
4. 發病後3-7天是關鍵期，若出現下列重症症狀，請立即送大醫院就醫。
  - (1) 手脚無力。
  - (2) 嗜睡。
  - (3) 肌躍型抽搐。
  - (4) 持續嘔吐。
  - (5) 呼吸急促或心跳加快。



#### 五、口腔潰瘍的飲食原則

1. 食物要煮熟、煮軟，可吃冰涼軟質的食物。
2. 避免吃口味重、過燙、粗硬、油炸食物。
3. 可在用餐前使用局部止痛噴劑，減少疼痛感。

#### 六、預防方法

1. 用肥皂正確洗手。  
洗手步驟



2. 酒精無法預防腸病毒。滿2個月至6歲幼兒可施打腸病毒71型疫苗，降低重症風險。

3. 含氯漂白水稀釋消毒：環境(500ppm)：100毫升漂白水+10公升清水。污染(1000ppm)：200毫升漂白水+10公升清水。
4. 衣物、用物可利用陽光中的紫外線降低病毒活性。

#### 自我評量 (是非題)

- ( ) 1. 出現嗜睡、持續性嘔吐、肌躍型抽搐、呼吸心跳變快、手脚無力時，應盡速就醫。
- ( ) 2. 可以用酒精來消毒環境，預防腸病毒。

參考資料：

衛生福利部疾病管制署(2026)·  
腸病毒防制工作指引。

彰基護理部(2026)·認識腸病毒及照護  
(第十二版)·衛教單張。

題號	1	2
解答	○	X