

親愛的家長：

疾病管制署日前公布新增 1 例腸病毒 71 型輕症病例，腸病毒目前在社區雖屬低度流行，但考量腸病毒 71 型自 2012 年後已未出現大規模流行疫情，目前 3 歲以下的幼兒大多未曾感染過，預期爆發大流行的機率可能升高，疾管署即日起成立應變工作小組嚴陣以待。呼籲家長及照顧者應特別注意個人衛生習慣及防護措施，並留意嬰幼兒如果出現重症前兆病徵，儘速就醫避免發生重症機會。

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，因為第二個病患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，若家中幼兒感染腸病毒時，自症狀開始後 7 天內要特別注意觀察病童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自我檢查表

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。		

## Q:要如何來預防腸病毒？

A:目前腸病毒中，除了小兒麻痺病毒以外，沒有疫苗可以預防，所以勤於正確洗手、保持良好個人衛生習慣，減少被傳染的機會是預防的基本方法。

(一)正確的洗手方法如下：

1. 在水龍頭下把手淋濕
2. 擦上肥皂或洗手液
3. 兩手心互相磨擦
4. 兩手揉搓自手背至手指
5. 兩手揉搓手掌及手背
6. 作拉手姿勢以擦洗指尖
7. 用清水將雙手洗淨，關水前先捧水將水龍頭沖洗乾淨
8. 用乾淨的紙巾或烘手機將手烘乾

(二)流行期間儘量避免出入公共場所，不要跟疑似病患(家人或同學)接觸。

(三)注意環境衛生及通風。

(四)罹病之學童，宜請假暫勿上課，接受治療並好好休息，同時也可避免傳染其他學童。

(五)增強個人之免疫力，請注意營養、均衡飲食及運動。

## Q:要預防腸病毒感染，家裡或幼稚園等環境，應該如何使用漂白水消毒？

1. 不論是家裡或幼稚園環境消毒，建議使用 500ppm 濃度漂白水消毒。
2. 泡製方法：家庭用漂白水(濃度約 5~6%)5 湯匙(一般湯匙，容量約 15~20cc)加入 10 公升的自來水攪拌均勻即可。至於 10 公升自來水估算方式，可以用 1,250cc 容量大寶特瓶，連續使用 8 瓶，就等於 10 公升左右。

資料來源:衛生福利部疾病管制署

105 年 3 月 22 日資料整理

臺中市立東勢幼兒園 關心您