

幼兒衛生保健宣導 -- 病毒性腸胃炎

病毒性腸胃炎是由感染病毒所造成，有多種不同的病毒均可能導致腸胃炎，最常見的是輪狀病毒、諾羅病毒及腺病毒。腸胃炎係指胃、小腸或大腸的發炎，會導致病患嘔吐或腹瀉。雖然並不是經由流感病毒所引起，但也常被稱之為『腸胃型感冒或胃流感』。雖然病毒性腸胃炎症狀可能相似，但經由醫師診斷能確定腹瀉是否因病毒或者其它原因所引起。

	諾羅病毒 Norovirus	輪狀病毒 Rotavirus
感染年齡	任何年齡層	5歲以下的兒童
主要症狀	嘔吐、輕微腹瀉	水瀉、發燒
潛伏期	24~48小時	24~72小時
可傳染期	急性腹瀉停止後48小時內仍有傳染性	急性發作期8天內具有感染力
疫苗	無	口服疫苗，分為2劑或3劑
主要流行期	11月到3月間，高峰期為1月份	

傳播方式：

1. 攝食受病毒污染的飲水或食物。
2. 與病人密切接觸或吸入病人嘔吐物及排泄物所產生的飛沫。
3. 生食或食用未煮熟被病毒污染的貝類上產品(如：蛤蜊、牡蠣)。



潛伏期：通常為1~3天。

發病症狀：病毒性腸胃炎的主要症狀是水瀉和嘔吐。也可能會有頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀，症狀可以持續1~10天，病程的長短取決於所感染的病毒種類及個人的免疫力。大多數人感染病毒性腸胃炎之後都可以康復，但對於嬰兒、幼童和無法照顧自己的人(例如：需要長期照護或老人)，可能因為無法適時補充水份而導致嚴重脫水、電解質不平衡現象。

治療照護

(一) 感染病毒性腸胃炎的健康照顧：

1. 儘速就醫，依醫師指示按時服藥治療和返診追蹤。
2. 適時補充水分及電解質，避免脫水及電解質不足。
3. 在家休息，不要去上學或上班，防止病毒向外傳播。
4. 腹瀉或嘔吐症狀解除後2日才能接觸健康的人和調理食物。



(二) 照顧者的注意事項：

1. 照顧病毒性腸胃炎的患者之後(包括為嬰幼兒更換尿布後)，應該用肥皂和自來水徹底洗手，保護自己和其他健康的人。
2. 病患污染的衣物、床單應立即更換，並用熱水(>85°C)或0.1%漂白水消毒環境或器物表面。

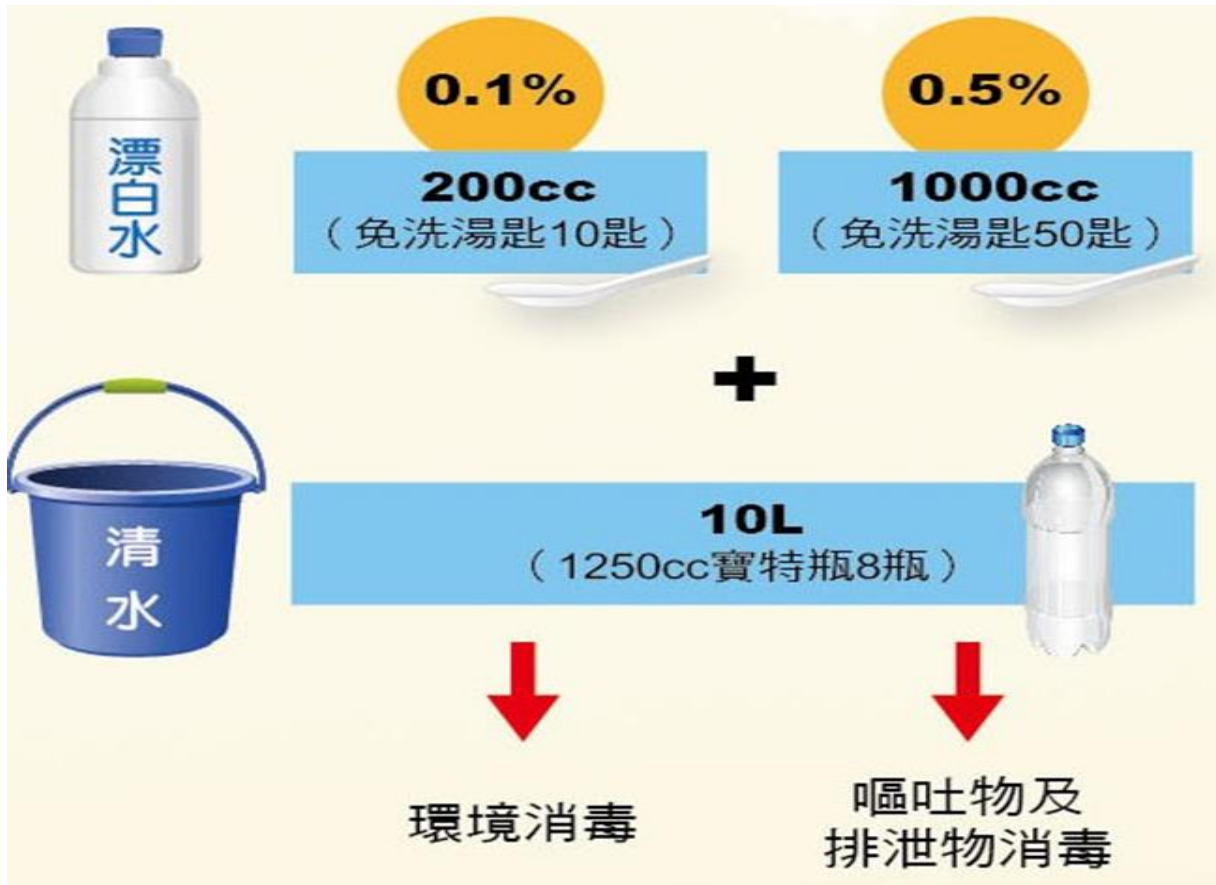


預防保健

1. 注意個人衛生，備餐前、用餐前、照顧病人及如廁皆落實正確洗手。
2. 避免生食生飲，尤其是貝類水產品應徹底煮熟再食用；與他人共食應使用公筷母匙。
3. 注意居家環境衛生。
4. 新生兒餵哺母乳可提高嬰幼兒的免疫力。
5. 可諮詢小兒科或家醫科醫師，經醫師評估後自費接種輪狀病毒疫苗。

(背面附有漂白水稀釋配製法、嘔吐物及排泄物消毒法)

漂白水稀釋配製法



嘔吐物及排泄物消毒法

