

預防腸病毒

- 1 正確（勤）洗手，保持良好衛生習慣。
- 2 注意居家環境清潔與通風。
- 3 流行期避免出入公共場所、避免探病。
- 4 生病時儘快就醫。
- 5 已感染及疑似感染腸病毒的病童，請留在家裡休息，避免傳染擴大。
- 6 玩具定期清洗，不放到嘴巴裡。
- 7 幼童的主要照顧者應特別注意個人衛生。
(回家後，抱小孩前請先漱口、洗手)
- 8 均衡飲食、適度運動及充分睡眠可增強免疫力。
- 9 餵食母乳以提高嬰兒的抵抗力。

防疫 健康 人道關懷

小小叮嚀

「你今天洗手了嗎？」

關心別人就等於關心自己，

敬請自我提高警覺，

並時時留意周遭親友健康，

如出現發燒不退或疑似症狀，

請儘速就醫。

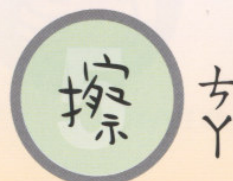
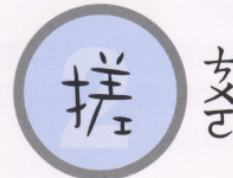
歐巴尼基金會助您更健康

財團法人歐巴尼紀念基金會
www.urbani.org.tw

洗手保健康 向腸病毒說再見

A0-004

正確洗手5步驟



財團法人歐巴尼紀念基金會
www.urbani.org.tw

認識腸病毒

腸病毒有六十多種，包括小兒麻痺病毒、克沙奇病毒A型、B型、伊科病毒、腸病毒68~71型等等，其中除小兒麻痺病毒外，其餘病毒是沒有疫苗可以預防的。

腸病毒流行期

台灣因位處亞熱帶，除了冬天以外，腸病毒幾乎在每一季都可能造成流行傳染。

傳染對象

主要感染10歲以下幼童，特別是幼稚園及托兒所學童，成人的病例較少。

傳染途徑

經由接觸病患的口鼻分泌物、飛沫及皮膚上潰瘍的水泡，糞便。

潛伏期

2-10天，平均3-5天。

典型症狀

- 1. 手口足症：**
特徵為發燒，出現小水泡及紅斑疹。
(容易出現水泡的部位有口腔、手掌、腳掌、膝蓋及臀部周圍)
- 2. 疱疹性咽喉炎：**
特徵為突然發高燒、嘔吐及口腔後部出現小水泡或潰瘍。

腸病毒重症先兆

如出現以下症狀，請儘速就醫治療

- 1 嗜睡
- 2 持續嘔吐
- 3 抽搐

~正確的洗手方法~

