



我愛洗手手

腸病毒 遠離我!!

腸病毒是一群病毒的總稱，包括A群&B群克沙奇病毒、小兒麻痺病毒、伊科病毒及最後發現的腸病毒，一共有數十種，潛伏期為二到十天，除腸病毒71型，**腸病毒D68型**也可能引起嚴重的症狀，如呼吸系統症狀、急性無力肢體麻痺等。

感染腸病毒71型的常見症狀有：

- 手足口症：手、足、口腔附近針頭大小紅點疹。
- 連續發燒：發燒超過3天以上，體溫超過39度。
- 中樞神經併發症：出現嗜睡、持續嘔吐、呼吸急促、肌抽躍等症狀，應儘速至大醫院就醫。

洗手五時機

✓ 接觸幼兒前 ✓ 看病後 ✓ 吃東西前 ✓ 上廁所後 ✓ 擤鼻涕後

<p>1</p> <p>濕</p> <p>把手淋濕、抹肥皂</p>	<p>2</p> <p>搓</p> <p>唱生日快樂歌2遍，就是20秒</p> <p>泡泡搓洗手心、手背、指縫20秒</p>	<p>3</p> <p>沖</p> <p>清水沖洗乾淨，不殘留</p>	<p>4</p> <p>捧</p> <p>捧水將水龍頭沖乾淨，關水</p>	<p>5</p> <p>擦</p> <p>用乾淨個人擦手巾或衛生紙擦乾</p>
---	--	---	---	---

腸病毒 傳播途徑

腸病毒經由呼吸道、接觸皮膚上的水泡或分泌物傳染，病毒隨糞便排出長達2-3個月，玩具容易因幼兒口嘴接觸傳播大量病毒。



腸病毒 居家照護

- 1 感染腸病毒，應自診斷後確實請假在家休息至少7天，不到學校、公共場所、補習班等，無症狀始可復課。
- 2 小心處理病患糞便、口水鼻涕等分泌物，如接觸他們用過的衛生紙，應立即洗手。
- 3 家中第二位感染腸病毒的幼兒，其病毒量往往較高，症狀相對嚴重，應特別小心。
- 4 多補充水分、吃冰涼食物，減少口腔不適。



臺北市政府衛生局
Department of Health, Taipei City Government

臺北市政府衛生局防疫專線 ☎ 02-23753782

臺北市民當家熱線 1999

衛生福利部疾病管制署疫情通報及關懷專線 ☎ 1922

廣告

如何避免嬰幼兒感染腸病毒？

- 1 大人返家後、接觸嬰幼兒前應洗手更衣。
- 2 不同時照護腸病毒幼童及健康幼童。
- 3 若照顧者出現發燒或上呼吸道感染症狀，如必須接觸幼兒，請加強洗手及戴口罩。
- 4 嬰幼兒可哺餵母乳提高免疫力。
- 5 加強環境清潔，兒童玩具應常清洗、曝曬、不放入口中。
- 6 進出人多擁擠場所應戴口罩、勤洗手。



家中孩童臨時停課、停托，無人照顧怎麼辦？

家中因學校或機構臨時停課或停托幼童之照顧服務，為避免腸病毒疫情擴大，每位臨托保母以照顧1位幼童為原則，並養成良好洗手習慣、每日進行托育環境消毒工作。

有媒合照顧需求家長請洽各區居家托育服務中心或至本市保母媒合平台查詢網址：

<https://findchildcare.taipei/>

什麼是家庭照顧假？雇主可以拒絕受雇者申請家庭照顧假嗎？

依據性別工作平等法第20條及第21條規定，家庭照顧假全年以7日為限，其請假日數併入事假計算，且雇主不得拒絕受僱者申請，家長如有請假爭議可洽詢本府勞動局（電話：1999轉7023）。



漂白水環境消毒，對抗腸病毒

酒精、抗菌液對腸病毒是無效的，
500ppm漂白水可做一般環境消毒。



▲看動畫，認識腸病毒



▲漂白水配置教學影片

如何用稀釋漂白水消毒呢？

一般環境消毒

漂白水100c.c+10公升清水，
配成500ppm漂白水



5 匙免洗湯匙
100 c.c 漂白水

10 公升清水



使用抹布擦拭
或浸泡，30分
鐘後以清水擦
拭或洗淨。

漂白水



稀釋配置好的漂白水
請勿放置超過24小時



戴上口罩及手套，室內
環境保持通風

嘔吐或排泄物汙染消毒

漂白水200c.c+10公升清水，
配成1000ppm漂白水



10 匙免洗湯匙
200 c.c 漂白水

10 公升清水



由外往內擦拭汙染區