

腸病毒包含數十種病毒，包括克沙奇病毒、小兒麻痺病毒、伊科病毒及腸病毒各型等，可能造成症狀如：

手足口病、疱疹性咽峽炎、發燒、呼吸道症狀、肢體無力、痙攣、新生兒敗血症、心跳過快、呼吸困難等。

除了小兒麻痺病毒已有疫苗，腸病毒目前只能透過洗手清潔來預防，來看以下10招防護策略，平安度過腸病毒的威脅！

1 勤洗手

● 洗手時機

接觸幼兒前、看病後、吃東西前、上廁所後、擤鼻涕後、外出返家、更換尿布後

使用漂白水消毒環境方法

前置準備

1. 戴上口罩及手套，室內環境保持通風
2. 有刻度量杯、漂白水（最好有標示濃度5-6%）



一般環境消毒



1 : 100

漂白水 100c.c.，
加入 10 公升清水，
配成 500ppm 漂白水

嘔吐或排泄物 汙染消毒



2 : 100

漂白水 200c.c.，
加入 10 公升清水，
配成 1000ppm 漂白水

使用抹布擦拭或浸泡，
30 分鐘後
以清水擦拭或洗淨。

由外往內擦拭汙染區。

* 配置好的漂白水應於24小時內使用避免失效。

漂白水易沉在水底
使用前
請攪拌10-20秒以上



腸病毒 防護

10

大招



臺北市衛生局 關心您
防疫專線 (02)2375-3782

廣告

正確洗手 5 步驟

- 濕** 濕潤雙手、抹肥皂
- 搓** 手心、手背、指縫搓揉20秒
- 沖** 清水將雙手沖洗乾淨
- 捧** 捧水將水龍頭沖乾淨
- 擦** 用乾淨個人擦手巾或衛生紙擦乾



2 玩具保持清潔

玩具定期清洗、擦拭，絨毛娃娃曝曬6-8小時。

3 停課7日、不到公共場所

腸病毒學童應自診斷後確實在家休息至少7天，不到學校、公共場所、補習班等、避免疫情擴散。

P.S. 不論發病後症狀是否已痊癒，病童一定要停滿7日，不可提早返校喔！

4 大人更衣洗手

大人衣物上有較多髒污及致病原，應換上乾淨衣物再接觸幼童。

5 孕婦主動告知症狀史

孕婦若在產前出現發燒、腹瀉、咳嗽、流鼻涕、胸口肋骨附近的肌肉痛等症狀，很可能是感染腸病毒，務必主動告知醫師，以因應後續新生兒之照護。

6 漂白水消毒

酒精、抗菌清潔液等對腸病毒無效，幼兒園、托嬰中心、家庭可用漂白水:水=1:100的比例稀釋，使用前充分攪拌後，以擦拭、浸泡等方式清潔環境。(詳見背面)

7 妥善清理口鼻分泌物、排泄物

若同時照顧多名幼童，應注意衣物上是否沾染幼童鼻涕、水泡液，另外，**腸病毒可存在患童糞便中2-3個月**，照顧者更換尿布後應要確實洗手，避免交叉感染。

8 認識重症前兆

部分腸病毒患者會併發較嚴重的症狀，一旦發現重症前兆，儘速送醫院。



持續嘔吐



肌躍型抽搐
(反覆出現全身性抖動)



呼吸急促、心跳加快
(每分鐘超過140次)



嗜睡、活動力差



手腳無力、步態不穩

9 臨時停課，有托育需求找空手保母

臺北市政府社會局辦理保母媒合，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/>

10 減少病兒不適

多補充水分、可吃清涼柔軟食物，包含果汁、布丁、豆腐等，降低口腔潰瘍疼痛。

影片，最新消息等更多資訊
請至 本局官網

