

腸病毒衛教單張

112年2月8日修訂

疾病簡介

腸病毒潛伏期為 2-10 天，平均約 3-5 天。

傳染途徑

傳染的途徑為糞口、飛沫或是接觸傳染，發病時在喉嚨與腸道、糞便都可檢出病毒，在發病後的 1 週內傳染力最高，透過糞便排出病毒可以持續數週之久。

臨床症狀

發燒、類似一般感冒的症狀、口腔、手掌、腳掌出現水泡、潰瘍(手足口症、疱疹性咽峽炎)..等症狀時建議立即就醫，就醫後醫師診斷腸病毒及疑似腸病毒，請暫勿來校，依規定在家休息，以避免傳染給其他同學。也請您務必盡早通知導師及健康中心(23916697#342、343 學校護理師)。

腸病毒個案停課規定

依教育局 112 年 1 月 31 日發文”教體字第 1123006605 號”之規定經診斷為腸病毒(含醫師確診及疑似)，應請學生請假至少 7 天，以降低疾病傳染機會。

防疫措施

- 1.腸病毒的傳染力極強，但可透過簡單的衛生保健動作，有效降低感染的機會
- 2.勤洗手，養成良好的個人衛生習慣。
- 3.均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提昇免疫力。
- 4.生病時，應儘速就醫，請假在家多休息。
- 5.注意居家環境的衛生清潔及通風。
- 6.流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
- 7.儘量不要與疑似病患接觸，尤其是孕婦、新生兒及幼童。
- 8.新生兒及嬰兒可多餵食母乳，以提高抵抗力。
- 9.在接觸或哺育新生兒前應洗手，必要時務必更衣、戴口罩；除母親或主要照顧者以外的人員儘量避免接觸新生兒。
- 10.幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生。
- 11.兒童玩具（尤其是帶毛玩具）經常清洗、消毒。
- 12.腸病毒對酸及許多化學藥物具抵抗性，如清潔消毒劑及酒精，均無法殺死腸病毒。須以 500ppm 漂白水消毒->市售家庭用 5~6%漂白水 5 湯匙（一般喝湯用的湯匙，約 15 至 20cc），加入 10 公升的自來水中（大寶特瓶 1250cc 共 8 瓶）->攪拌均勻對於常接觸物體表面（門把、課桌椅、餐桌、樓梯扶把）、玩具、遊樂設施、寢具擦拭消毒。

資料來源:台北市教育局、疾病管制署傳染病介紹

中正國中關心您