

腸病毒一般在夏季、初秋流行，也就是每年的四至六月份及九至十月份，以四至六月份最為流行。國內所流行的腸病毒，以克沙奇病毒最常見。不同型的腸病毒引起的疾病種類也有些不同，包括手口足病、咽峽炎、無菌性腦膜炎、肢體麻痺症候群、流行性結膜炎、心肌炎等。

一般而言，在沒有發病前的前幾天就有傳染性了，在發病後的一週內傳染力最高，喉嚨及糞便都有病毒存在，其腸道內病毒持續的時間可達數週之久。

#### 一、腸病毒的症狀：

感染病毒二至十天以後才出現症狀，大多數人的症狀不重。

標準的症狀是口腔的後部、手「掌」、腳「掌」出現水泡、潰爛，在膝蓋與臀部也時常看得到相同的水泡所以又稱為「手足口症」（如下圖）。



如果只有口腔「後半部」出現水泡，其它地方沒有，則稱為「皰疹性咽峽炎」。最明顯的症狀是喉嚨很疼，不敢吃東西，口水變多，同時也可能有高燒，平均七天會痊癒。



有的小朋友也可能不出現標準的手足口症或咽峽炎，只有一般的感冒發燒症狀，但是在發燒退了以後，皮膚會出現類似長痱子一樣，以軀幹為主的全身性紅疹，醫學上稱之為「熱性疹症(febrile exanthematous disease)」。

#### 二、腸病毒重症的徵兆:

- 1.嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力。
- 2.肌躍型抽搐（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）。
- 3.持續嘔吐。
- 4.持續發燒、活動力降低、煩躁不安、意識變化、昏迷、頸部僵硬、抽搐、呼吸急促、全身無力、心跳加快、心律不整等。

如有以上症狀須立即就醫

### 三、口腔潰瘍的處理

腸病毒造成的手口手病、咽峽炎等最常見的困擾是口腔潰瘍處很痛，痛到甚至不敢吃東西、也不敢喝水。基本的處理原則是盡量給病孩吃涼一點，軟一點的食物，例如布丁、豆花、果汁、稀飯等等。在國外，醫生就時常建議家長給小朋友吃冰淇淋，國內的傳統觀念覺得吃冰的不好，事實上是沒有影響。醫生也時常會給小朋友一些局部用於口內的止痛葯水或「口內膏」，以暫時減少吃東西時的疼痛，這些都是可以採用的方法。

### 四、如何預防腸病毒

腸病毒在發病後的一週內傳染力最高，需特別注意將感染者隔離照顧，也必須特別小心發病二週後，咽喉的病毒排出量大量減少，透過口鼻分泌物、飛沫、接觸等途徑傳染的危險性降低，但仍應注意個人衛生，避免接觸傳染，同時因感染者排出之糞便仍有病毒存在，因此仍須注意預防腸胃道之感染，養成時時正確洗手等衛生習慣。