

預防腸病毒

親愛的家長，近日本校有班級因腸病毒案例增加而停課，請家長多加注意學童的身體健康，提醒多洗手。

提供腸病毒相關衛教宣導，並請家長配合落實：發燒不上學，確診為傳染性疾病能主動告知導師，並注意學童病程，如病情惡化須住院治療，請務必通知校方！

腸病毒臨床症狀

潛伏期約為 3-5 天，大多數感染者並無臨床症狀或臨床症狀極為輕微，而大部分病例過了幾天之後即會自然痊癒。典型症狀為口腔、手掌、腳掌出現水泡、潰瘍，可能合併發燒。病程為 7-10 天。極少數個案，有可能發生無菌性腦膜炎、腦炎、心肌炎、心包膜炎、肺炎、麻痺等併發症。尤其新生兒及小嬰兒感染者偶爾會發生病毒性休克症候群，侵犯多種器官，死亡率高。

腸病毒傳染途徑

1. 飛沫傳染：咽峽炎發病初期兩週，病毒集中在咽喉，咳嗽所散佈的飛沫就有病毒存在。
2. 糞口傳染：腸病毒生存力、繁殖力強，經腸胃道排出時間長達二個月。
3. 接觸傳染：污染的手接觸摸眼、口、鼻而受到感染。

腸病毒感染併發重症前兆病徵，若有下列症狀請儘速就醫

1. 有嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力應即早就醫，上述神經併發症是在發疹二至四天後出現。
2. 肌躍型抽搐（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）及持續嘔吐。
3. 持續發燒、活動力降低、煩躁不安、意識變化、昏迷、頸部僵硬、肢體麻痺、抽搐、呼吸急促、全身無力、心跳加快或心律不整等。

「拒絕腸病毒」的方法

1. 拒絕飛沫傳染，不去密閉且人多的地方。
2. 咳嗽的時候記得掩口，減少口沫散佈。
3. 拒絕糞口傳染，吃飯前後、如廁後要徹底將手洗乾淨。
4. 洗手之後要記得不要再觸眼、口、鼻等五官。
5. 打擊腸病毒最重要的是洗手。（濕、搓、沖、捧、擦正確洗手五步驟。）
6. 若孩童有腸病毒症狀時請儘快就醫，並告知班級導師，並且在家休息一個星期。

永信國小關心您