

一、潛伏期

腸病毒潛伏期為2到10天，平均為3到5天腸病毒可以引起多種疾病，其中多數感染者(約50-80%)沒有症狀，有些則只有發燒或類似一般感冒症狀，少數會出現一些特殊症狀，包括手足口病、疱疹性咽炎、無菌性腦炎、病毒性腦炎、肢體麻痺症候群、急性出血性結膜炎、心肌炎等。

二、傳染方式

腸病毒是一種濾過性病毒，常於夏季、初秋時流行，其可藉由接觸病人的口鼻分泌物、糞便、飛沫等途徑傳染，多發生於十歲以下的小孩。

三、預防方法

- (1).勤洗手，養成個人衛生好習慣。
- (2).均衡飲食，適度運動，充分睡眠，提升免疫力。
- (3).生病時應迅速就醫，在家多休息。
- (4).注意居家環境及通風。
- (5).流行期間避免出入人潮擁擠空氣不流通的公共場所。
- (6).儘量不要跟疑似個案接觸，尤其是孕婦或新生兒及幼童。
- (7).兒童玩具經常清洗消毒。

四、腸病毒消毒方法

- (1).以泡製消毒水消毒效果最佳

以泡置200ppm含氯漂白水為例：取市售家庭用漂白水1湯匙(約15至20CC)，加入5公升的自來水中(大寶特瓶容量1250CC，4瓶等於5公升)。

- (2).環境消毒重點只需對常接觸物體表面(門把、課桌椅、餐桌、玩具、遊樂設施、寢具、書本)作重點消毒，清洗完畢的物體可移至戶外，接受陽光照射(強日照持續6小時)。

五、感染腸病毒應注意以下事項:

如有下列症狀出現須立即返回醫院治療：

- (1).持續的高燒不退。
- (2).嘔吐。
- (3).嗜睡。
- (4).不安。
- (5).意識不清。
- (6).活力不佳。
- (7).咳嗽。
- (8).呼吸急促。