

shinyihuang00 / August 17, 2015 04:51PM

### [預防腸病毒危機 汐止吳婦產科附設小兒科伴寶寶健康過一夏](#)

台灣屬於亞熱帶地區，海島型氣候造成環境潮濕悶熱，炎炎夏日民眾喜歡待在室內吹冷氣，但是室內外溫差大，一不小心抵抗力下滑就容易感冒，除此之外四月到九月期間為台灣流行腸病毒的主要時間，近期更要嚴防腸病度肆虐。汐止吳婦產科附設小兒科醫師指出，由於腸病毒可透過飛沫、飲水與食物等管道傳染，另外接觸到病患的分泌物、糞便，也都會造成感染，腸病毒的傳染力相當迅速和強大，因此從居家環境與生活習慣著手，是預防感染腸病毒的重要關鍵。

腸病毒感染人體時主要會在腸道內繁殖，而腸病毒可以引起多種疾病，常見的手足口病便是其中之一。汐止吳婦產科附設小兒科醫師表示，家人若出現腸病毒感染症狀，如出現嗜睡、意識不清、手腳無力、持續嘔吐與呼吸急促等腸病毒重症前兆，請務必立即送至大醫院接受適當治療，以免錯失黃金治療時間，一旦確診最好請假在家多休息。家中若有孕婦、幼童、新生兒在流行期間要盡量避免人潮擁擠，空氣不流通的公共場所，減少感染的機率。

雖然腸病毒的傳染力不容小覷，但平日透過簡單的衛生保健動作，就能夠有效降低感染率。其中，腸病毒的預防方法最重要的是勤加洗手，搭配洗手乳更有效清潔病毒細菌；此外，須注意居家環境的衛生清潔，保持通風，家中的兒童玩具，也要經常清洗消毒，而家中照顧幼童或接觸者，也應特別注意個人衛生。汐止吳婦產科附設小兒科醫生也提到，新生兒可多餵食母乳，藉以提高寶寶的抵抗力。

夏天屬於腸病毒盛行的季節，目前腸病毒並未有因應疫苗可預防，但實際上只要孩子有足夠的抵抗力，配合勤洗手等習慣，仍可有效防範腸病毒的發生。腸病毒和感冒一樣沒有特效藥，大部分的患者在妥善治療與充足休息後，都可以自癒康復。腸病毒沒有想像中的可怕，利用簡單良好的生活習慣，達到預防勝於治療的目的，就能夠和寶寶輕鬆過一夏。