

病毒性腸胃炎

預防病毒性腸胃炎小撇步：

自我保護

- ☑飯前飯後要洗手，為嬰幼兒、老年人更換尿布或處理排泄物後，以及準備餐點前一定要洗手。
- ☑蔬果清洗乾淨，避免生食生飲。
- ☑注意居家環境衛生。
- ☑新生兒餵哺母乳可提高嬰幼兒免疫力。



健康照護

- ☑補充水分及電解質，避免脫水。
- ☑不要和其他健康的嬰幼兒、兒童或老人，於同一房間遊戲或接觸。在沒有腹瀉、嘔吐之後，仍應避免接觸持續2天。
- ☑病患不應該替家人準備食物，就算無症狀之後，仍應隔開2天後再準備食物。
- ☑建議在家休息，不要至學校上學或上班。

什麼病毒會引起腸胃炎？

很多種病毒可以引起腸胃炎，包括輪狀病毒 (Rotaviruses)、諾羅病毒 (Noroviruses)、腺病毒(Adenoviruses)40型或41型、沙波病毒(Sapoviruses)及星狀病毒(Astroviruses)。病毒性腸胃炎不是因細菌、寄生蟲、藥物或其他醫療狀況所引起，雖然其症狀可能相似，但經由醫師診斷能確定腹瀉是否因病毒或者其它原因所引起。



病毒性腸胃炎是由輪狀病毒、諾羅病毒及腺病毒等導致；只要勤洗手及避免生飲生食就有助於防止感染病毒性腸胃炎。



病毒性腸胃炎如何傳播？

食用或飲用受病毒污染的食物或水、接觸病患的嘔吐物、糞便或接觸污染物品傳染、少數經飛沫傳染。特別是那些經常沒有便後洗手的人。貝類也可能被污水污染，如果生食或食用未煮熟被污染的貝類(如生蠔等)，會導致腹瀉；飲用水如被污水污染，也能散播這些病毒。

病毒性腸胃炎常見症狀？

水瀉、嘔吐、頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心和肌肉酸痛等症狀，通常感染後1~3天開始出現腸胃炎症狀，症狀可以持續1~10天，大多數人會自行康復。

洗手5步驟

濕

搓

沖

捧

擦



衛生福利部疾病管制署
Centers for Disease Control, R.O.C. (Taiwan)



高雄市政府衛生局
Department of Health, Kaohsiung City Government

關心您

廣告

病毒性腸胃炎



病毒性腸胃炎是一種嚴重的病嗎？

A

對大部分的人來說，多半自然就會好，且通常可以完全恢復，不會有長期後遺症。但對於那些因嘔吐或腹瀉而流失體液及電解質又無法補充的人，如嬰幼兒和無法照顧自己的人（如：身心障礙者或老人），其體液的流失可能導致脫水、電解質不足，進而抽搐，甚至死亡。此外，免疫受抑制的人，症狀通常較嚴重，病程較長，需要特別注意。



病毒性腸胃炎如何診斷跟治療？

A

通常醫師依據病患的症狀和身體檢查來診斷病毒性腸胃炎。一般醫療機構的實驗室並不常規檢驗病毒性腸胃炎。治療小孩和成人的病毒性腸胃炎最重要的原則是防止脫水和電解質的流失。腸胃炎期間飲食應清淡，因為過油或太甜的食物並無法吸收，反易導致腹瀉症狀更加嚴重，而抗生素的使用對病毒感染並沒有幫助。



什麼人、什麼地方和什麼時候會發生病毒性腸胃炎？

A

任何人都可能感染，輪狀病毒、腺病毒、沙波病毒和星狀病毒好發於5歲以下嬰幼兒，諾羅病毒則是任何年齡層皆可能受到感染。病毒性腸胃炎在全世界都會發生，而每種病毒有它自己的季節性，例如，諾羅病毒、輪狀病毒和星狀病毒在一年當中較冷的月份發生（例如：10月~隔年4月），然而腺病毒則一整年都會發生，諾羅病毒的爆發流行則好發在密集機構內，例如：學校、兒童照護機構和護理之家，但也常發生在其他地方，例如：宴會、大型郵輪、宿舍和露營地等。



病毒性腸胃炎能預防嗎？

A

經常洗手可以降低感染的機會，飯前便後及烹調食物前皆應洗手，其他方式也可預防進一步的傳播，例如：消毒被污染物體的表面、清洗被污染的衣物、避免食用可能被污染的食物或飲水、儘可能熟食及飲用煮沸的開水，而病患之糞便及嘔吐物應小心處理，清理後也應洗手。



病毒性腸胃炎有疫苗嗎？

A

大部分病毒尚無疫苗，但目前市面上已有輪狀病毒疫苗，若家有嬰幼兒可諮詢小兒科或家醫科醫師後評估是否需要接種。



腸胃型感冒與感冒有什麼不同？

A

「感冒」為病毒侵犯上呼吸道黏膜而造成鼻炎與咽喉不舒服的一般用語。由於病毒性腸胃炎患者除了腸胃症狀(如嘔吐與腹瀉)外，還可能出現類似流感的全身性症狀，如發燒、肌肉酸痛等，因而被俗稱「腸胃型感冒」。然而造成病毒性腸胃炎與感冒(或流感)的原因及傳播方式不盡相同，但有一部分的患者(例如腺病毒或輪狀病毒)，可能會侵犯腸胃道及呼吸道黏膜而引起患者同時出現感冒與病毒性腸胃炎的症狀。

	腸胃型感冒 (病毒性腸胃炎)	感冒 (一般感冒或流感)
致病原因	輪狀病毒、諾羅病毒、腺病毒 40型或41型、沙波病毒及星狀病毒等。	1.會引起一般感冒的病毒有大約200多種，包括比較常見的：鼻病毒、呼吸道細胞融合病毒及腺病毒等。 2.流感則由流行性感冒病毒感染所引起。
傳播途徑	主要透過糞口途徑傳播，攝食受病人排泄物或嘔吐物污染的水或食物而傳染。	飛沫傳染、咳嗽、噴嚏方式散播，口鼻分泌物是感染物，也可經由環境接觸而傳染。
症狀	主要為水瀉和嘔吐，也可能會有頭痛、發燒、腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀。	1.主要為上呼吸道症狀，少有腹瀉或嘔吐症狀。 2.流感症狀與一般感冒不同，會有高燒、寒顫、頭痛、肌肉酸痛等現象，其痊癒的時間也比一般感冒長。
治療	症狀治療。	一般感冒採以症狀治療為主；流感除了症狀治療以外，必要時可輔以抗病毒藥物治療。
疫苗	輪狀病毒已有疫苗上市。	流感病毒已有疫苗上市。