

什麼是疱疹性咽峽炎

是由 A 族克沙奇病毒及腸病毒 71 型所引起，好發於夏季與初春，年齡層多發生在 10 歲以下，尤其是 6 個月到 5 歲的嬰幼兒童，但任何年齡層都可能受到感染，病程約持續一個星期左右。

臨床症狀

特徵為突發性發燒、嘔吐，食慾不振，吞嚥困難，咽峽部出現水泡然後很快破掉形成潰瘍，因為不敢吃東西、喝水，所以嘴巴很臭，舌苔很厚。多數病例輕微。

感染途徑

由直接接觸病人的口鼻分泌物、糞便、飛沫等途徑。腸病毒在病童口沫中可存留 1-2 週，而在病童糞便中可到 2-3 個月以上。擁擠、髒亂的衛生環境、飲水污染及不良衛生習慣是造成快速傳播的主因。

照顧方式

1. 症狀護理，例如發燒的處理，依醫囑退燒。
2. 由於口腔潰爛病人會因疼痛而不想進食，應給予冷而軟質的食物，像是布丁、奶昔、冰淇淋、果汁或蘋果泥，來減輕疼痛補充水份。但要避免刺激性食物，例如：酸、辣，以免口腔疼痛加劇，注意口腔清潔及衛生。
3. 注意水份的補充避免因為發燒、嘔吐與進食減少而產生脫水。
4. 餐前便後勤洗手，遠離腸病毒。
5. 用餐前使用局部止痛藥物，也可用冰水漱口。
6. 病人應避免與新生兒、幼兒及孕婦接觸。

預防方法

1. 生病時，應儘速就醫，請假在家多休息，請儘量避免出入公共場所不

要與疑似病人接觸。

2. 家中如有症狀輕微的病人，請其在家隔離以免傳染他人並均衡飲食、適度運動及充足睡眠，以提昇免疫力。
3. 勤洗手，養成良好的個人衛生習慣
4. 加強居家環境衛生及通風。
5. 有學童生病時應請假暫勿上課以免傳染其他學童。
6. 流行期間，避免出入人潮擁擠，空氣不流通的公共場所。
7. 兒童玩具（尤其是帶毛玩具）經常清洗、消毒。



疱疹性咽峽炎的照顧

腸病毒消毒方法

- 1.清洗完畢的物體可移至戶外，接受陽光照射。
- 2.食物經過加熱處理，或將內衣褲浸泡熱水，都可減少腸病毒傳播。
- 3.家裡或幼稚園環境消毒，建議使用500ppm 濃度漂白水消毒。泡製方法：家庭用漂白水(濃度約5~6%) 5 湯匙 (一般湯匙，容量約15~20cc) 加入 10 公升的自來水攪拌均勻即可。至於 10 公升自來水估算方式，可以用 1,250cc 容量大寶特瓶，連續使用 8 瓶，就等於 10 公升左右。



中山醫學大學附設醫院-護理部
Chung Shan Medical University Hospital

♥♥♥♥♥♥真誠的關心您♥♥♥♥♥♥

諮詢電話：

大慶院區 04-24739595 轉分機_____

中興院區 04-22621652 轉分機_____

生效日期：95/08/16 修正日期：102/07/31

檢閱日期：102/07/31 編號：T-Ped-015