

## 預防腸病毒 給家長的一封信

親愛的家長您好：

腸病毒容易在人口密集且互動密切的場所傳播，任何年齡都有感染的風險，提醒您及家人應保持警覺，做好環境及物品消毒；特別是孩童常接觸的物品及玩具；並確實教導孩童落實正確的勤洗手方式；流行期間避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所，尤其是孕婦、新生兒及幼童儘量不要與疑似病人接觸。

腸病毒在發病前幾天，喉嚨與糞便就有病毒存在，此時就有傳染力，在發病後 1 週內傳染力最高，即使痊癒後腸病毒仍會隨著糞便排出達 8 到 12 週之久，因此痊癒後應繼續注意手部衛生，落實「濕、搓、沖、捧、擦」洗手五步驟，避免將病毒傳染給其他人。另外，須注意酒精對腸病毒效果有限，平時可使用濃度 500 ppm 的消毒水（1,000cc 清水+10cc 含氯漂白水）進行一般環境消毒，針對常接觸物體表面（門把、桌椅、餐桌、嬰兒床柵欄及樓梯扶把等）、玩具、寢具等做重點性消毒。清洗後的物體移至戶外，接受陽光照射，藉由紫外線殺滅病毒降低傳播風險。

家中孩童如感染腸病毒，應在家休息並避免與其他孩童接觸，以降低交叉感染的機會，並請留意孩童健康狀況，一旦出現重症前兆（嗜睡、意識不清、活力不佳、手腳無力或麻痺、肌躍型抽搐、持續嘔吐與呼吸急促或心跳加快）應儘速送醫治療，以掌握治療黃金時間。

提醒您家中寶貝若不慎感染腸病毒，請於就診後立即告知學校或機構，孩童至少在家休息 7 天，不可送至安親班及補習班，使生病的孩童能充分休息，並避免感染他人造成班級或機構的群聚，待恢復健康再返回上課。另依本縣因應腸病毒疫情停課作業要點中第五項第(二)點：學校或機構視疫情發展情形，可適時召集該班家長或代表研議防疫措施，讓我們一起守護孩子們的健康！

金門縣衛生局 關心您