病毒性腸胃炎





什麼病毒會引起腸胃炎？

A 很多種病毒可以引起腸胃炎，包括Rotaviruses（輪狀病毒）、Noroviruses（諾羅病毒）、Adenoviruses(腺病毒) 40型或41型、Sapoviruses(沙波病毒)及Astroviruses(星狀病毒)。病毒性腸胃炎非因細菌（例如：沙門氏菌、大腸桿菌）、寄生蟲（例如：Giardia）、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。



病毒性腸胃炎如何傳播？

A 食用或飲用受病毒汙染的食物或水、接觸病患的嘔吐物、糞便或接觸汙染物品、及經飛沫傳染。

病毒性腸胃炎常見症狀？

A 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。

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。
- ☑新生兒餵哺母奶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，仍應間隔2天後再準備食物。
- ☑建議在家休息，不要至學校上學或上班。

臺中市政府衛生局
Health Bureau, Taichung City Government

關心您