

# 腸道水患傳染病



## 謝德貴

謝德貴兒童診所院長  
新竹市醫師公會理事  
新竹市診所協會常務理事



# 急性腹瀉

# 急性腹瀉

- 最常見的原因是因為腸胃道感染
- 小於 5 歲的兒童，容易伴隨嚴重的併發
- 部分發展中的國家，急性腹瀉甚至是導致兒童死亡的一大主因
- 全球每年約有大約兩百萬名小於 5 歲的兒童因為急性腹瀉合併腸胃道感染而死亡

# 是吃壞肚子? 還是腸胃型感冒

- 最常造成兒童急性腹瀉的原因是受到病毒或細菌的感染
- 診斷為“急性腸胃炎”，多為糞口傳染，例如：食用遭受到汙染的食物或水、接觸到病患的嘔吐物或病菌殘留物、或吸入病患嘔吐物所產生的飛沫等等。
- 腸胃型感冒，是病毒或細菌感染導致之腸胃道感染及發炎，而患童偶而會伴隨部份輕微咳嗽或流鼻水等症狀，其實即是急性腸胃炎。

# 急性腹瀉會有哪些症狀?

- 腸黏膜受損，吸收不良，腸道蠕動變快，排便次數及量增加，導致腹瀉。
- 合併噁心、嘔吐、短暫陣發性腹痛
- 可能微燒或高燒，發燒大約 2-5天內會退
- 通常在症狀初期出現嘔吐，嘔吐症狀大多在1-2天內自行緩解，
- 然後開始腹瀉，腹瀉的嚴重度及時間因感染病原及個人體質而異，大約持續1-7天
- 通常年紀越大的孩子越快痊癒，嬰幼兒由於腸黏膜受損恢復時間較長，因此急性腹瀉可能持續1-2星期

# 急性腹瀉的病原有哪些?

- ▣ 病毒性或細菌性。
- ▣ 常見的病毒為輪狀病毒(Rotavirus)與諾羅病毒 (Norovirus)
- ▣ 台灣主要流行季節為11月到隔年3月間
- ▣ 輪狀病毒是引起嬰 幼兒及幼童急性腹瀉最常見的病毒，幾乎每一個5歲以下的兒童都曾感染過
- ▣ 諾羅病 毒則是廣泛分布於各年齡層

# 病毒性腸炎症狀


- 輪狀病毒及諾羅病毒引起主要的症狀為水瀉、嘔吐、及發燒
- 可能會出現腹部痙攣、胃痛、噁心、肌肉酸痛等症狀。
- 潛伏期大約是**48-72**小時，症狀可能延續**1-10**天之久。
- 少數病童會造成急性的痙攣，通常在第一天發生，症狀類似熱痙攣

# 輪狀病毒

- 嚴重的腹瀉、高燒、嘔吐及伴有脫水現象，並常需住院治療。

## 得到病毒性腸胃炎，要注意什麼？

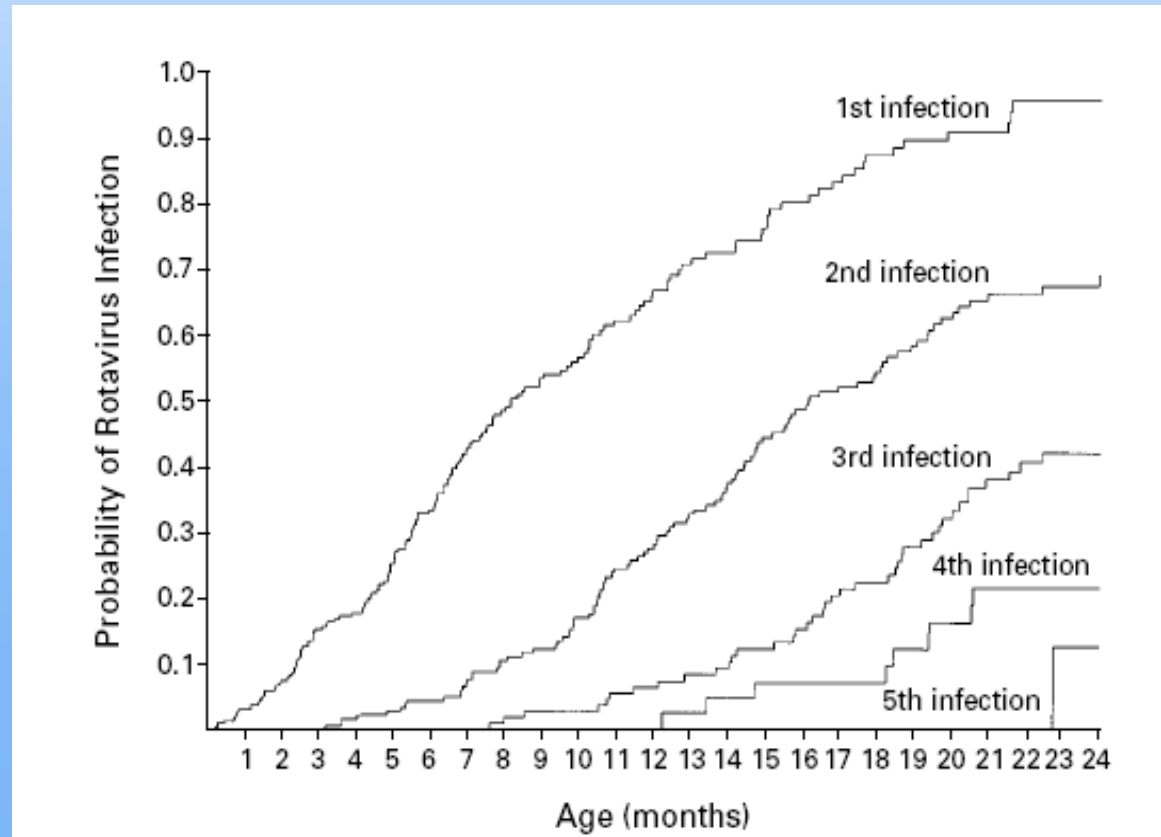
### 注重個人衛生，防止病毒再向外傳染

- 
- 補充水分及電解質，**避免脫水**
  - 用**肥皂**勤洗手
  - **稀釋漂白水**清洗消毒弄髒的衣物及環境
  - 腹瀉嘔吐**症狀解除後2日**才能接觸健康的人與料理食物
  - 請假**在家休息**，不上班上課



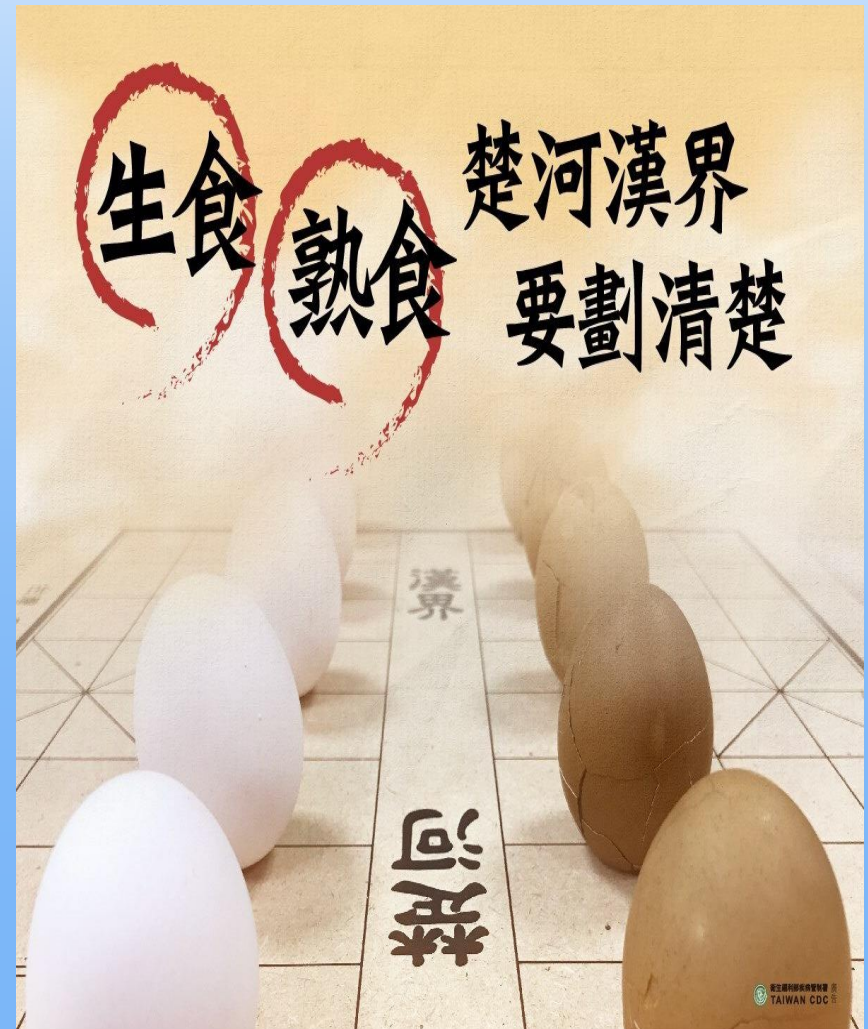
# 輪狀病毒

- 五歲以下幼兒腸胃炎之主要原因
- 其症狀 - 嘔吐、水瀉、發燒、腹痛、食慾不振、脫水，造成四歲以下幼兒住院，偶爾導致抽搐或死亡。



# 諾羅病毒

- 糞口途徑傳播
- 群體共同食用受污染的食物或罹病的餐飲從業人員於食品調理過程所造成的污染。
- 以熟食、熱食為主，並**避免生食**貝類水產品(如生蠔)等高風險食材
- 注意手部衛生，經常洗手
- 諾羅病毒對於環境及消毒藥品具有較高的抵抗力，**漂白水處理**，以去除其傳播能力。



# 腸胃炎

  
**諾羅病毒**



**感染年齡** 各年齡層  
**主要症狀** 嘔吐、輕  
**感染方式** 吃到受汙  
(糞口傳染)

**用含氯漂  
白水清潔**

**上吐**



病毒性腸胃炎

諾羅  V.S  輪狀



**下瀉**

  
**輪狀病毒**

**感染年齡** 嬰兒、6歲  
**主要症狀** 水瀉、發  
**感染方式** 1. 接觸病  
(糞口傳染) (病毒能  
2. 或是吃

**嬰兒可接種  
自費輪狀  
病毒疫苗**

# 細菌性腸炎症狀

- 常見的致病菌有沙門氏桿菌(*Salmonella*)、腸炎弧菌 (*Vibrio parahaemolyticus*)、痢疾桿菌 (*Shigella*)、病原性大腸桿菌 (*Enteropathogenic Escherichia coli*)
- 潛伏期大約是數小時到5天
- 常見的症狀除了腹瀉以外，還有噁心、嘔吐、發燒、腹痛、頭痛及虛弱
- 有時會伴隨血便或膿便，亦即大便中混合著血絲、透明黏液等。

# 細菌性腸胃炎

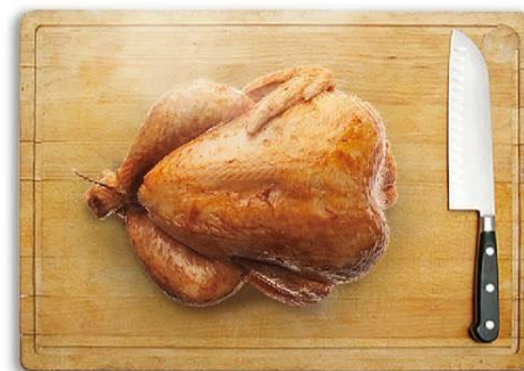
- 細菌性腸胃炎的致病菌有腸炎弧菌、沙門氏桿菌、病原性大腸桿菌、金黃色葡萄球菌、仙人掌桿菌及霍亂弧菌等。
- 透過受病菌污染的手，或進食受污染的食物、飲品而感染。
- 潛伏期為數小時至5天。
- 症狀包括腹瀉、噁心、嘔吐、腹痛、發燒、頭痛及虛弱等，有時會伴隨血便或膿便
- 水分及電解質的補充有助細菌性腸胃炎病人康復。



你有  
兩塊砧板嗎？

霍亂的傳染途徑是食用  
遭霍亂弧菌污染的飲水及食物，  
避免感染霍亂，飲食要記得

- ☑ 飲用水充分煮沸
- ☑ 食物要充分煮熟
- ☑ 生熟食砧板分開
- ☑ 避免生飲生食



# 細菌性腸胃炎



止瀉不需要  
腹脹發燒立刻就醫





# 治療處置

# 可以吃嗎與飲食上的禁忌

- ▣ 急性腹瀉並不需要禁食
- ▣ 除非嚴重嘔吐、或嚴重的腹脹、腹痛導致無法進食。
- ▣ 急性腹瀉的嘔吐大多幾個小時自行緩解，此時就可以開始水份的攝取
- ▣ 若嘔吐嚴重或持續半天以上的時間，醫師視情況可建議小朋友暫時不要吃喝食物



# 飲食建議

- 飲食內容應以清淡成分(稀飯、白吐司、陽春麵條)為主
- 高油或高糖分的食物會使腸胃道無法吸收，亦能會刺激腸道使嘔吐、腹瀉的情況加劇
- 減少乳製品的攝取(嬰幼兒服用母乳或配方奶者，則不在此限)，或改用無乳糖配方奶
- 可以使用醫療用口服電解質液

# 脫水徵兆

- ▣ 口腔黏膜乾燥
- ▣ 哭的時候眼淚減少或不見眼淚
- ▣ 小便量減少(換尿布的次數減少、尿布重量減輕、尿變黃)
- ▣ 眼球周圍的眼眶下陷
- ▣ 皮膚摸起來較為乾燥
- ▣ 活動力減低甚至較為躁動

# 止瀉藥

- 兒科醫師通常不會開立“立即緩解腹瀉”的藥物來治療兒童腸胃炎，而是讓腸道內不需要的物質儘早排出來。
- 需要營養與自身修復力，因此孩子雖然在腹瀉期間，鼓勵食物營養的攝取，以促進腸道修復

# 特效藥

- 大多不需要特別的抗病毒或細菌藥物治療，也就是沒有所謂的“特效藥”
- 急性腹瀉合併脫水或嚴重感染，是造成兒童需要住院、甚至發生併發症的一大主因

# 益生菌治百病嗎??

台大醫院小兒部李秉穎教授

台灣兒科醫學會會議關於益生菌的演講會共識，代表醫界對益生菌的觀點。對於每天總是要一講再講的說明，希望家長多少聽得進去。

定義：使用相當數量時對人體有健康助益之益生菌對於以下疾病的關聯：

## 1. 急性腹瀉：

對於急性腹瀉有縮短病程、改善腹瀉的效果，包括輪狀病毒腸胃炎。

對於抗生素合併腹瀉（antibiotic-associated diarrhea）可能有預防與治療效果。

## 2. 新生兒壞死性腸炎（necrotizing enterocolitis）：可能有預防效果，尚待更多研究證實。

## 3. 過敏性疾病

某些特定益生菌對預防高危險新生兒得到異位性皮膚炎可能有效，但罹患其他過敏性疾病機會可能增加，惟尚待更多研究證實。

**目前證據不支持益生菌可預防或治療氣喘與過敏性鼻炎。**

任何使用健康食品為過敏輔助治療者，仍須維持正統治療方式

## 4. 目前證據無法支持益生菌有促進食慾與治療便秘的功用。

## 5. 安全性：益生菌於免疫不全病人、早產兒、中心靜脈導管置入病人、腸黏膜受損病人等曾有引起敗血症等併發症的報告。



# 腸胃炎的飲食與藥物

## 食物

- ▣ 及早餵食
- ▣ 餵食母乳
- ▣ 口服葡萄糖電解質溶液
- ▣ 無乳糖配方奶粉
- ▣ 避免含糖量高的食物，避免高脂肪食物的攝取

## 藥物



台灣小兒消化醫學會「兒童急性胃腸炎診斷治療建議」工作小組名單：  
召集人：李宏昌 副召集人：林捷忠、楊俊仁 委員：朱家祥、吳子聰、林隆瑄、倪衍玄、陳安琪、趙舜卿、劉明發

# 居家照護注意事項

- 照顧者和患者本人，應經常用肥皂和自來水徹底洗手
- 妥善處理患者的嘔吐物和排泄物，以及弄髒的床單或衣物(處理者建議要戴口罩和手套處理)
- 環境以及周遭設備可以使用熱水 (  $> 85^{\circ}\text{C}$  ) 或稀釋過的漂白水(濃度配置為0.1%) 清洗擦拭、抹乾

# 預防我的孩子發生急性腹瀉?

- ▣ 經常洗手，養成良好衛生習慣。
- ▣ 避免生食與生飲
- ▣ 與他人共桌飲食，建議使用公筷母匙
- ▣ 自費的口服輪狀病毒疫苗，第一劑需於**2-4**個月大時開始服用，可諮詢兒科醫師



# 食品安全

- 保 持 合 口 注 潔
- 生
- 食
- 食
- 使

## 腸胃<sup>炎</sup>保衛戰-五星大評鑑

- ★ 料理前用肥皂正確洗手
- ★ 食物要清洗乾淨
- ★ 生熟食分開處理
- ★ 食物應完全煮熟
- ★ 餐具廚具清潔乾淨



# 漂白水



## 漂白水稀釋與泡製方法

- ★一般環境消毒，請使用500ppm濃度之漂白水
- ★嘔吐物或排泄物汙染之物品或表面，請使用1,000ppm濃度之漂白水進行消毒

市售漂白水 濃度	500ppm		1,000ppm	
	漂白水(ml)	清水(公升)	漂白水(ml)	清水(公升)
5%~6%	100	10	200	10
8%	62.5	10		
10%	50			
12%	42			

※請使用有刻度之量杯正確量測  
※請以抹布或拖把沾取稀釋後漂白  
※使用稀釋漂白水執行清潔、消毒工

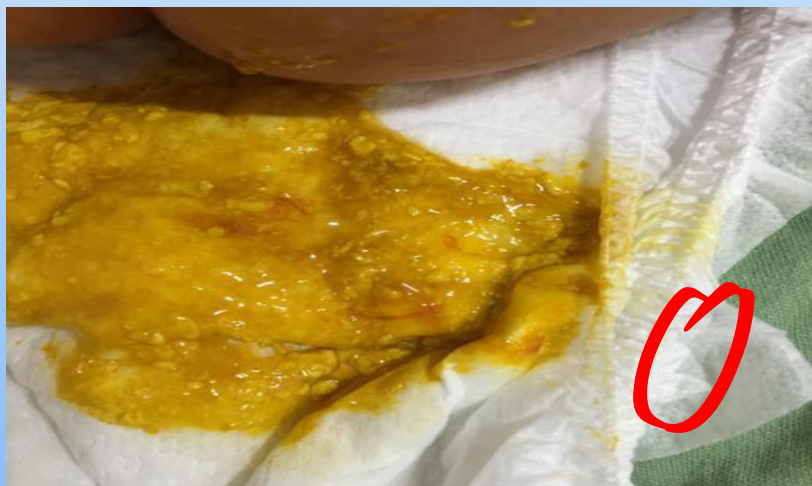


10匙塑膠湯匙漂白水  
+  
8瓶1250寶特瓶自來水

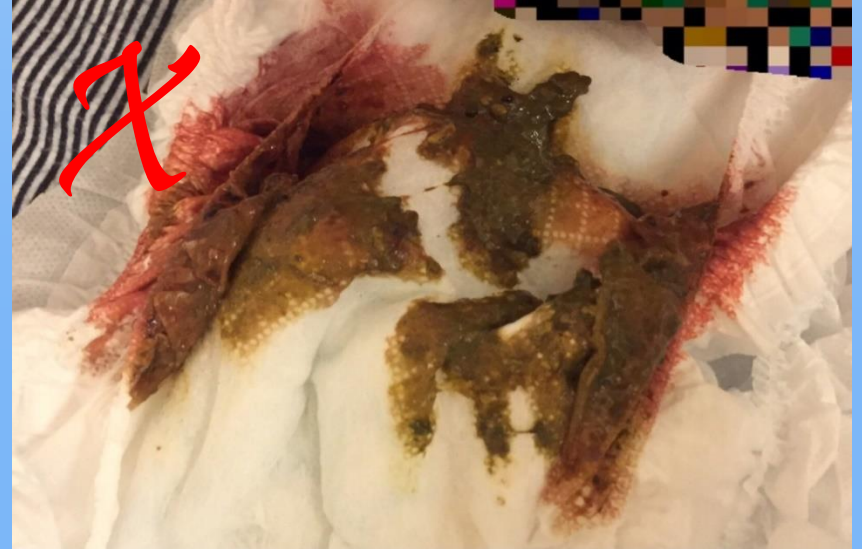
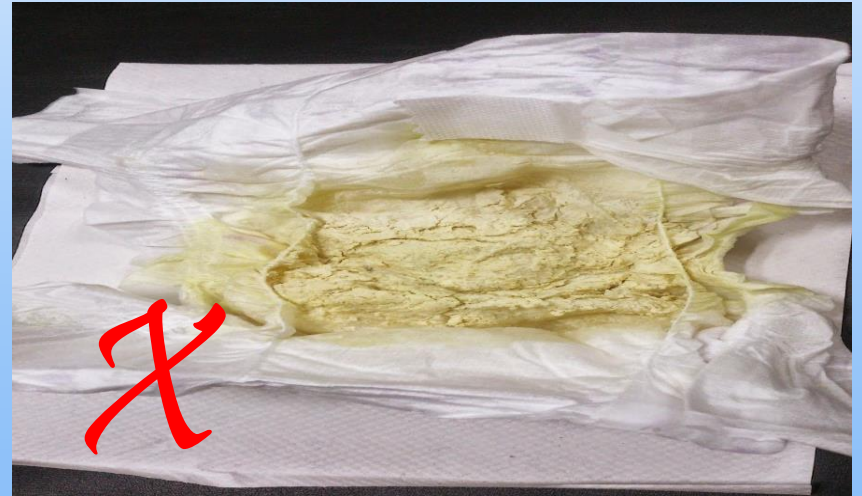
# 攜帶式漂白水



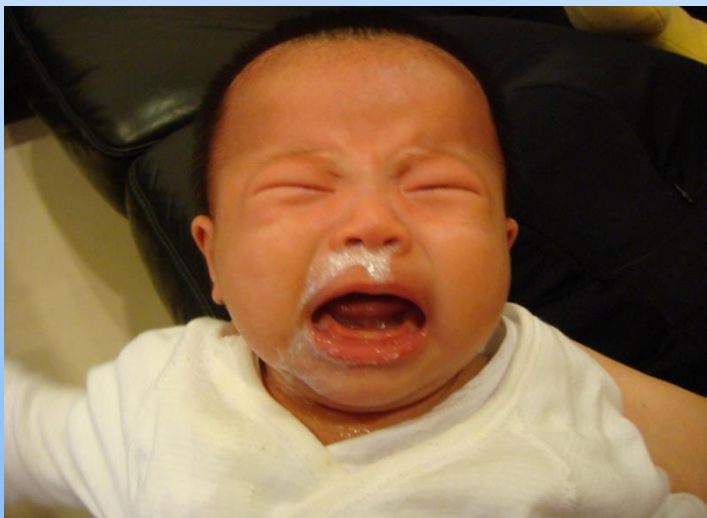
# 大小便正常嗎?



# 大小便正常嗎?



# 吐? 脹氣? 腸絞痛?



嘔吐不是腸胃炎,原來是腸套疊!!



記得：『一陣一陣哭鬧，不太安撫得住』將腸套疊放在考慮中!



2014/12/25  
超音波下的『甜甜圈』  
是典型的表現!