

兒童腸胃道傳染疾病 簡介及衛教

成大醫院小兒感染科

郭馥君醫師

2021/03

急診「過年病」排行洗牌！上呼吸道感染少了、腸胃炎卻多了

陳鈞凱

2021年2月17日 · 2分鐘 (閱讀時間)



為期一周的農曆春節假期剛結束，今年的「過年病」排行卻因為防疫出現些微的變化。台中慈濟醫院急診主任李冠儀分析指出，今年過年期間的上呼吸道感染病人變少了，反倒是病毒性腸胃炎成為大宗，他認為正是防疫奏效，大眾遵守防疫規定都會戴口罩出門造成的影響。

台中慈濟醫院是統計該院除夕到初四的急診就醫人數，4天就醫人次接近上千人次，明顯比去年春節期間下降。

台中慈濟醫院醫師張歐高奇分析，從臨床經驗看春節期間急性腸胃炎趨勢，與親友外出、聚餐的機會增加有關，所以一定要確保吃東西前後的清潔習慣，務必在如廁後、備餐準備食物前、進食前後勤洗手。他同時提醒，如果可以，用餐應以熟食為主，避免生食貝類水產品，尤其是生蠔等高風險食物。

張歐高奇說，從健保資料也可以發現，過去春節期間常見急性腸胃炎多為病毒感染，元凶最為主要的是諾羅病毒、輪狀病毒等，出現嘔吐、腹瀉，並可能有發燒、頭痛、腹痛、噁心、肌肉痠痛等症狀。另外細菌性腸胃炎也不能忽略，像大腸桿菌、沙門氏菌、金黃色葡萄球菌、腸炎弧菌是常見致病菌種。

萬一出現嘔吐和腹瀉等疑似症狀，張歐高奇強調，就要特別防止人與人接觸造成的傳播管道，有症狀的人應立即就醫，在家休息注意補充水分、電解質及營養；如果必須外出，就要配戴口罩，避免傳染給他人。

除了急性腸胃炎，其它的消化疾病在春節發生率也不低，醫師點出，多半都與暴飲暴食、飲酒過量有關。張歐高奇提醒，過節期間常大魚大肉，吃太多油膩、油炸食物，加上飲酒過量，可能導致胰臟發炎；而已罹患膽結石的人，要避免攝取過量高油脂食物，避免誘發膽囊炎；另外，酒、咖啡、茶、甜或辣食都要酌量，特別是發糕、年糕、柑橘類水果等應景食物，吃多易造成胃食道逆流。

照片來源：台中慈濟醫院提供

認識腸胃炎病毒，症狀、預防法一次看



最新疫情資訊

近一年多以來，因為新冠疫情，大家戴口罩、噴酒精的習慣能有效防禦呼吸道病毒傳染，但另一種天冷常見的消化道感染疾病「病毒性腸胃炎」也需嚴加慎防。

根據疾管署監測資料顯示，上週（2/21-2/27）腹瀉門急診就診累計 13 萬 8462 人次，連續兩週的人次都是上升的現象，往年春節連假後腹瀉就診人次會上升，全國近四週（第 5 至 8 週）共接獲 87 起腹瀉群聚通報，其中有 97% 為諾羅病毒。

腹瀉、嘔吐超過 8 次要多補充電解質

腸胃炎常見的症狀有噁心、嘔吐、腹痛、腹瀉、發燒。

症狀嚴重程度依受感染者身體狀況而有不同，孩童、老年人及慢性病患的症狀較嚴重，多數成年人的症狀在 3~5 天內就會緩解，不過仍需要注意水分和電解質的補充。

若症狀輕微，可以只補充水分，但當腹瀉或嘔吐的次數一天超過 8 次，屬於中度或重度的腸胃炎，電解質的流失就會很嚴重，會造成脫水，有時可能也會出現抽筋、心律不整、腎臟衰竭等較嚴重的併發症。

腸胃炎之致病菌

病毒性腸胃炎

1. 輪狀病毒

為引起小兒腸胃炎最常見的病因，好發於冬天。

2. 諾羅病毒

3. 腺病毒

4. 流行性感冒病毒

細菌性腸胃炎

1. 沙門氏菌：

會排出帶**血便**，多發於**幼兒**，這是台灣區**兒童最常見的細菌性腸胃炎**病因。

2. 大腸桿菌：常見於食物中毒。

3. 金黃色葡萄球菌：常見於食物中毒。

4. 志賀氏菌

5. 曲狀桿菌

如何鑑別診斷

- ▶ 糞便型態為鑑別診斷病毒性或細菌性腸胃炎的重要依據：
 - ▶ **細菌性**腸胃炎比較容易出現**黏液、血絲便**。
 - ▶ **病毒性**腸胃炎常為**水樣、軟糊便**，通常不出現血絲和黏液。



諾羅病毒

- ▶ 【潛伏期】— 12~48小時
- ▶ 【主要症狀】--
嘔吐、腹瀉、發燒及呼吸道症狀
- ▶ 好發時間--
11-3月間，1月為高峰。
- ▶ 【傳染途徑】—糞口及飛沫傳染
- ▶ 只要100隻病毒即可造成傳染，
- ▶ 吃到被汙染的飲食、接觸到患者身上的排泄物或分泌物、與照患者的人直接接觸。
- ▶ 【感染力】—
- ▶ 恢復後至少三天中都具有傳染性，些許患者甚至在康復後兩個星期都具有傳染性。

輪狀病毒

- ▶ 【潛伏期】--約2-3天
- ▶ 【主要症狀】--
感冒樣症狀，發燒、嘔吐、水瀉，有如蛋花湯般的水便，通常不帶
- ▶ 血絲、黏液，病程約3-7天。
- ▶ 【好發時間】--11-3月間。
- ▶ 【傳染途徑】--糞口及飛沫傳染
- ▶ 只要1小滴充滿病毒的水珠，就可以致病，吃到被汙染的飲食、接觸患者身上或患者接觸過的物品、與照患者的人直接接觸。
- ▶ 【感染力】—
- ▶ 急性期十天內具感染力。

常見的徵象

- ▶ 最常見的就是糞便過於濕軟甚至水樣狀，即是所謂的腹瀉。
- ▶ 有些人大便中會含有黏液或血點，有些人會出現惡臭，有些人則沒有味道，其性質會隨著不同的病因而有所差別。
- ▶ 腹部痙攣、疼痛、腹脹。

常見的徵象

- ▶ 有時會伴隨著上吐下瀉、中毒徵象之情形。

- ▶ 發燒。



- ▶ 若水份排出過多，則會引起脫水之現象。



治療的方法

▶ 細菌性感染：

寶寶發生腸胃炎時，如果3天內情況未獲改善，且還是有發高燒、嘔吐、拉肚子的情形，一定要做大便培養採樣，觀察是否是細菌性感染，然後**適時給予抗生素治療**，以及時對症下藥。

▶ 病毒性感染：

使用**症狀治療**以緩和症狀，**不需使用抗生素**，如果寶寶拉、吐嚴重，可補充電解質水。若可自癒即沒問題；如果效果不好，即需就醫做進一步診治，以避免寶寶因拉、吐嚴重造成脫水。

治療的方法？

原則上主要是以補充水份

維持體內電解質平衡、預防與治療脫水為主

- ▶ 補充水份或靜脈注射點滴：可多喝些電解質液，一瓢一瓢慢慢喝，藉補充因腹瀉所喪失的水份、糖份及電解質！



治療的方法

減少食物之攝取或禁食：

- ▶ 使腸道充份休息，可食用清淡或清流質之飲食。
- ▶ 若腹瀉及腸道症狀嚴重，則可先禁食一段時間。
- ▶ 再搭配醫師所開的處方，即可減輕腸胃炎之症狀。

日常飲食注意須知

- ▶ 食物的攝取採漸進式之飲食方式，飲食量由少漸增。
- ▶ 採少量多餐、溫和且無刺激性的食物。
(少油、少調味、低蛋白)，如粥、白饅頭。
- ▶ 不可進食**牛奶及豆類製品、油膩、酸辣、甜食、咖啡、濃茶**等刺激性食物。
如：牛奶、乳酪、豆漿…等

腸胃炎的 飲食叮嚀



補充水分及
電解質



避免乳製飲食



避免高纖食物



避免油炸食物



避免辛辣食物

如何預防

- ▶ 勤加**洗手**。用肥皂濕洗手，用酒精乾洗手
- ▶ 注意烹飪環境、食材的新鮮度與保存條件、餐具衛生。
- ▶ **環境消毒**：市售漂白水5-6%(500ppm濃度)調製
— 100c. c. 漂白水+10公升清水；及定期清洗玩具，以維護衛生。
- ▶ 受感染小朋友的排泄物要適當處理，以免成為其他小孩的感染源。
- ▶ 病人需腸胃道隔離，幼學童暫時停止上學以防傳染其他人。

如何預防

新生兒可接種輪狀病毒疫苗

腸胃炎疾病中，
只有預防輪狀病毒的疫苗問世，以口服方式接種，
接種時間都必須在出生後6~8個月內完成，

醫療院所會主動提供新生兒家長相關訊息，
再由家長決定是否接種。



Thanks for your attention