



齊來認識手足口病

一、病原體：

手足口病是一種常見於兒童的疾病，通常由腸病毒如柯薩奇病毒和腸病毒 71 型引起。腸病毒 71 型導致的手足口病備受關注，因為它較有可能引致嚴重併發症（如病毒性腦膜炎、腦炎、類小兒麻痺癱瘓等），甚至死亡。手足口病的高峰期一般在初夏至秋季，亦有機會於冬季出現小高峰。

二、病徵：

大部份患者病徵輕微並在 7-10 天內自行痊癒。病發初期通常會出現發燒、食慾不振、疲倦和喉嚨痛。發燒後 1-2 天，口腔會出現疼痛的水疱，這些水疱初時呈細小的紅點，然後會形成潰瘍。潰瘍通常位於舌頭、牙肉以及口腔的兩腮內側。另外，手掌及腳掌，甚至臀部及／或生殖器亦會出現不痕癢或帶有小水疱的紅疹。手足口病患者可能不出現病徵，或者只出現皮疹或口腔潰瘍等病徵。

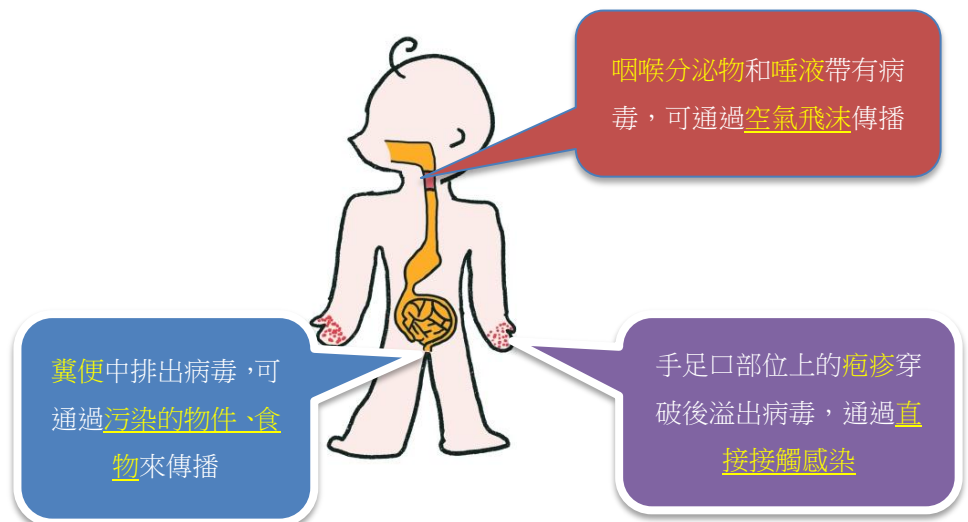
患者痊癒後，會對相應的腸病毒產生抗體，但日後仍可感染由其他腸病毒引致的手足口病。

三、傳播途徑：

手足口病主要透過接觸患者的喉嚨或鼻的分泌物、唾液、穿破的水疱、糞便或觸摸受染污的物件而傳播。患者在病發首星期最具傳染性，而病毒可在其糞便中存活數星期。

四、潛伏期：

約 3-7 天。



五、治理方法：

- 現時並沒有藥物治療手足口病。患者應多喝水和有充足休息，同時亦可用藥物治療徵狀，以舒緩發燒和口腔潰瘍引致的痛楚。
- 為免把病毒傳染給別人，患病的兒童應該避免上學或參加集體活動，直至所有水疱結痂。感染後，需要擁有終止預防隔離證明書才回校上課。
- 父母要細心觀察兒童的病情。如出現持續高燒、神情呆滯或病情惡化等情況，應立即攜帶患兒求醫。

六、預防方法

現時仍未有疫苗可有效預防手足口病。因此，保持良好的個人及環境衛生最為重要。應採取以下措施：

- ✓ 保持良好個人衛生；
- ✓ 用清水及梘液洗手，尤其是：
 - 在接觸口、鼻前；
 - 進食及處理食物前；
 - 接觸水疱後；
 - 如廁後；
 - 當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後；
 - 接觸被污染的物件後。
- ✓ 打噴嚏或咳嗽時，用紙巾掩蓋口鼻，其後應徹底洗手。將污染的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內；
- ✓ 不要共用毛巾或其他個人物品；
- ✓ 避免與患者有親密接觸，如接吻、擁抱等；
- ✓ 經常清潔和消毒常接觸的表面，如傢俬、玩具和共用物件。使用 1 比 99 稀釋家用漂白水（即把 1 份 5.25% 漂白水與 99 份清水混和）消毒，待 15—30 分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用 70% 酒精清潔消毒；
- ✓ 用吸水力強的即棄抹布清理可見的污物，如呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物，然後用 1 比 49 稀釋家用漂白水（即把 1 份 5.25% 漂白水與 49 份清水混和）消毒被污染及鄰近的地方，待 15—30 分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用 70% 酒精清潔消毒。