

病毒性腸胃炎防治注意事項

造成病毒性腸胃炎之病毒多具高度傳染力，易透過人與人接觸引發群聚感染。基此，研提相關防治注意事項，各單位務須加強宣導官兵養成良好衛生習慣，確維健康。

一、致病源：多種病毒均可引起腸胃炎，常見以諾羅病毒為主，其次為輪狀病毒；另有腺病毒40或41型、沙波及星狀病毒。

二、傳播方式：

- (一) 糞口途徑，如食入被病毒污染的食物或飲水。
- (二) 接觸被病毒污染的物體表面，如病人排泄物、嘔吐物等，再觸摸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染。
- (三) 由於極少的病毒量便可傳播，若病患嘔吐時在場，嘔吐物可能形成飛沫，吸入飛沫也可受感染。

三、潛伏期：一般為24至48小時，有些在12小時內即出現症狀。

四、可傳染期：一般在急性腹瀉停止後48小時內仍舊有傳染性，部分患者感染恢復後二星期內，其糞便內仍有病毒，具有感染力。

五、臨床症狀：

- (一) 主要為噁心、嘔吐（通常量多、無血絲、不含綠色膽汁，但常有黃色胃液）、水樣狀腹瀉（通常無血絲）、腹絞痛，也可能合併發燒（通常為38°C上下的低溫發燒）、倦怠、頭痛及肌肉痠痛。
- (二) 症狀出現順序多為噁心、嘔吐，接著有發燒及腹瀉，部份患者發燒、腹瀉症狀不明顯。
- (三) 大人病程較短（約1至3天）；兒童病程較長（約3至5天）。

六、預防措施：

- (一) 不同於新冠病毒防治，酒精及乾洗手液對諾羅病毒無效，應加強宣導注意個人衛生，備餐、進食前、如廁及照顧病人後（包括處理排泄物之後），皆應以肥皂或洗手乳洗手，正確洗手應依「濕、搓、沖、捧、擦」步驟，大約需要40-60秒，並掌握七字訣要領「內、外、夾、弓、大、立、完（腕）」，如次頁圖。
- (二) 食材要清洗乾淨，儘可能避免生食生飲或食材遭受汙染，尤其是貝類水產品需煮熟再食用；與他人共食應使用公筷母匙。



(三) 為預防疾病傳播，受病患污染的衣物、床單應立即更換，並以漂白水消毒環境或器物表面。

(四) 出入公共場所及清理消毒病患之排泄物或嘔吐物時，應戴口罩以避免飛沫傳染。

(五) 從事炊爨人員若出現前述症狀，應立即暫停其膳勤工作並於症狀解除至少48小時後，始得恢復作業。

七、消毒方式：

(一) 清理者戴上口罩及手套，用稀釋成0.5%的漂白水，小心輕灑在嘔吐物或排泄物上，儘速以拋棄式紙巾、抹布或舊報紙覆蓋吸收污物後清除，然後使用0.1-0.5%的漂白水，由外往內擦拭污染區域，再以0.1-0.5%的漂白水大範圍輕灑，作用30分鐘後，使用清水擦拭即可。

(二) 漂白水稀釋方式：

- 1、0.1% (1,000ppm) 泡製方法：市售漂白水(濃度約為5%)20cc 加入1公升清水。
- 2、0.5% (5,000ppm) 泡製方法：市售漂白水(濃度約為5%)100cc 加入1公升清水。

八、參考資料：

- (一) 腹瀉群聚事件處理作業原則 (衛福部疾管署101年4月)。
- (二) 腹瀉群聚相關機構與族群防治重點 (衛福部疾管署101年4月)。
- (三) 諾羅病毒感染控制措施指引專區 (衛福部疾管署101年4月)。

