

親愛的家長您好：

目前已進入**腸病毒**流行階段，為了能提早開始預防，且加強孩子防治觀念，學校定期進行全面性的消毒活動，並要求發病的學生在家休息，避免到校傳染給其他學生。以下有幾點注意事項，請家長在家配合，以有效抑制腸病毒的流行，謝謝！

- 一、增強個人之免疫力：注意營養、均衡飲食、適當運動及充足睡眠。
- 二、**加強個人衛生**：大人小孩都要注意衛生，正確且勤加洗手，以預防自身感染，及避免藉由接觸傳染給嬰幼兒。
- 三、**注意環境衛生**：保持環境清潔及通風。
- 四、**避免接觸受感染者**：避免出入過度擁擠之公共場所，不要與病患（家人或同學）接觸。
- 五、**如有疑似腸病毒感染症狀請儘速就醫**。
- 六、家中有病患時應注意：
 - （一）小心處理病患排泄物（糞便、口鼻分泌物），處理完畢應立即洗手。
 - （二）多補充水分，幼童需請假在家休息，以避免傳染給同學。
 - （三）**對家中之第二個病患要特別小心，其所接受的病毒量往往較高，嚴重程度可能提高**。
 - （四）**腸病毒消毒方法**：對於常接觸物體表面、玩具、遊樂設施、寢具及書本做重點性消毒。以 500ppm(次氯酸鈉濃度為 0.05%)含氯漂白水擦拭。---泡製方法:100cc 漂白水+10000cc 清水中
- 七、出現**腸病毒感染併發重症前兆病徵時，或治療後症狀持續未緩解時**，需立刻至大醫院就醫：
 1. 持續發燒、嗜睡、意識不清、手腳無力。
 2. 肌抽躍（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）。
 3. 持續嘔吐。
 4. 呼吸急促或心跳加快。
- 八、腸病毒輕症常見症狀：



咽喉部出現小水泡或潰瘍。



手足及口腔會出現小紅疹（水泡）



皮膚出現小水泡紅斑疹

腸病毒主要經由接觸病人的口鼻分泌物、飛沫、及皮膚上潰瘍的水泡等途徑傳染，腸病毒可持續存在病人的口鼻分泌物三至四周，一般而言在發病後的一週內傳染力最高。尤其是腸病毒 71 型有可能引發重症，**再一次的懇求若孩子有任何的身體不適一定要馬上就醫，在家好好休息，避免到校傳染給其他孩童**，謝謝您的配合！