



香港紅十字會
HONG KONG RED CROSS

腸道傳染病



腸道傳染病是全球造成五歲以下兒童死亡的第二大原因。任何年齡人士皆有可能患上急性腹瀉，當中尤以**兒童最容易受影響**。院舍和幼兒中心等環境最常出現急性腹瀉爆發。

病原體

可由多種不同的病原體引起，常見的包括：

- 細菌（如沙門氏菌及副溶血性弧菌）
- 病毒（如諾如病毒、輪狀病毒、札幌病毒和星狀病毒）

病徵

- 大便頻密並且呈稀爛或水狀
- 嘔吐及發燒

病情一般輕微，通常會自然痊癒，但部分較嚴重的個案可能會出現**脫水**甚至休克等併發症。

潛伏期

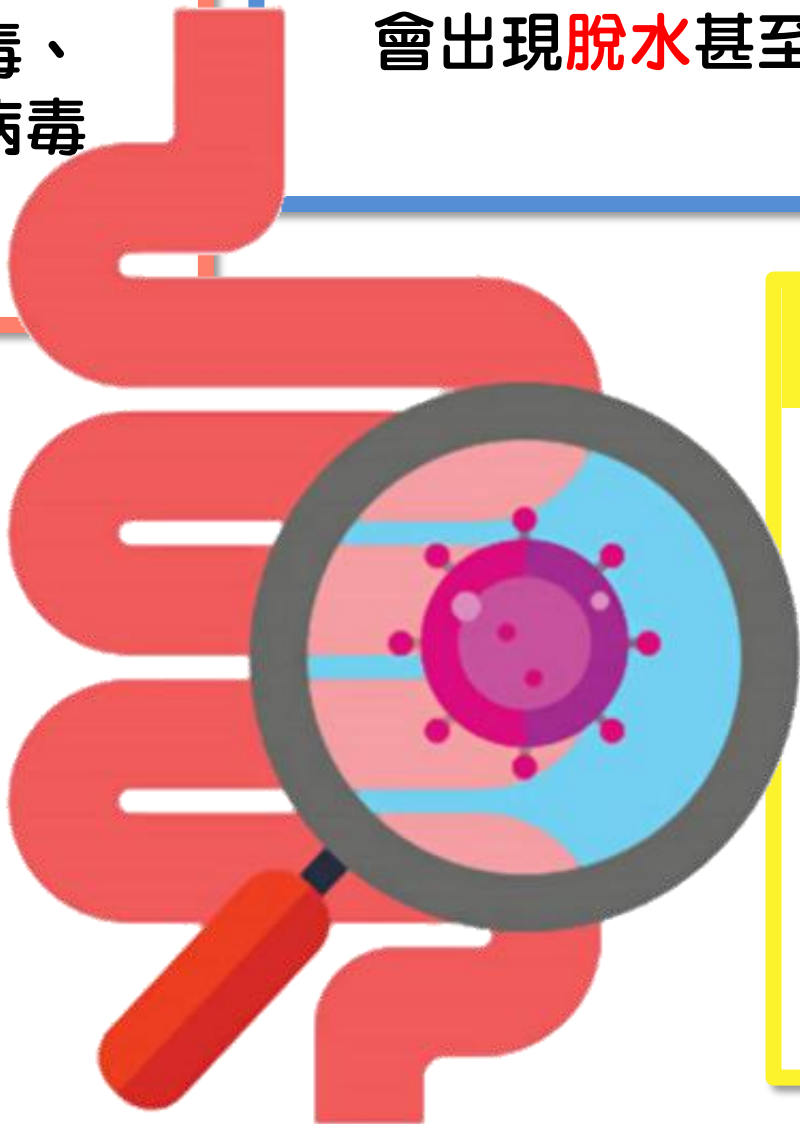
- 由細菌引起的急性腹瀉一般潛伏期為數小時至5天
- 病毒引起的則為1至3天

傳播途徑

- 通常透過**受污染的手進食**
- 進食受污染的食物或飲品
- 間中亦會經嘔吐時產生的帶病毒噴沫傳播

治理方法

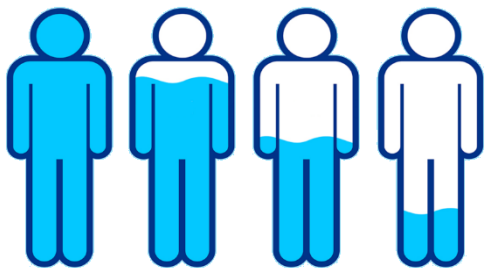
最重要是**補充水分及電解質***。腹瀉情況嚴重的患者應向醫生求診



脫水

腹瀉造成的最嚴重威脅是脫水。

腹瀉期間，水分和電解質（鈉、氯、鉀和碳酸氫鹽）通過水狀糞便、嘔吐物、汗液、尿液和呼吸而流失。



嚴重脫水的徵狀包括：

昏睡

眼窩凹陷

無法飲水或飲水困難

皮膚回彈速度慢（多於2秒）

輕微脫水的徵狀包括：

煩躁不安

眼窩凹陷

口渴

易怒

如出腹瀉(尤其是脫水)徵狀，必須注意以下事項：

飲用電解質飲品

電解質飲品在小腸吸收，可補充隨糞便流失的水分和電解質



補鋅

鋅可將腹瀉時間減少25%，並可將糞便量降少30%

入院治療

如出現嚴重脫水或休克時採用靜脈輸液方式

預防方法：

保持良好的個人衛生

- 保持雙手清潔，尤其在煮食或進食前，及如廁後
- 以1:49稀釋家用漂白水清理嘔吐物及糞便，並應戴上手套及外科口罩，事後須徹底洗手
- 如出現嘔吐或腹瀉的徵狀，不應上班或上學及應向醫生求診

保持良好的食物衛生

- 飲用煮沸後的食水或可靠的樽裝飲品
- 避免使用來歷不明的冰塊
- 從衛生及可靠的地方購買新鮮食物
- 避免進食沒有烹煮的蔬菜
- 確保所有食物徹底煮熟才可進食

保持良好的環境衛生

- 經常清潔和消毒時常接觸的物件及地方，如傢俬、玩具和共用物件
- 應妥善清潔及消毒患者曾使用的廁所和受排泄物污染的地方

參考資料：

- <https://www.who.int/zh/news-room/fact-sheets/detail/diarrhoeal-disease>
- <https://www.chp.gov.hk/tc/healthtopics/content/24/10.html>

以上資料只供參考
更新日期: 2019年7月26日



本計劃由香港公益金資助
This project is supported by The Community Chest