

諾羅病毒來襲，雙和醫院兒科鄭弘彥醫師籲民眾注意飲食及手部衛生

雙和醫院兒科鄭弘彥醫師提醒民眾，在諾羅病毒爆發期間要多注意飲食衛生，日前在診間就遇到一名 9 歲女童因一天內嘔吐超過 10 次並伴隨腹瀉來就醫，病人因嚴重嘔吐吃不好，甚至出現脫水及酮尿症狀，所以緊急安排住院治療，先給予點滴補充水分、電解質及葡萄糖，病人的糞便經過腸道細菌與病毒分子檢測（BD MAX™ Enteric Bacterial and Viral Panel）發現是感染諾羅病毒，以支持性治療並配合藥物緩解症狀，5 天後才康復出院。



鄭弘彥醫師指出，諾羅病毒可藉由排泄物、嘔吐物、污染的食物或水源接觸傳染，傳染力極強，成人或幼童都有可能被感染。像上述個案，經過病史詢問發現，可能是全家外出郊遊時，以山泉水沖洗水果，食用後不幸感染，原以為只是一般的腸胃炎，但因為女童嚴重連續嘔吐及水樣腹瀉，加上食慾與活動力下降，家長警覺不對後才送醫。【左圖：雙和醫院兒科鄭弘彥醫師】

鄭弘彥醫師強調，孩童身體水分占比約 70%，感染急性腸胃炎後更要注意脫水的狀況，可觀察皮膚彈性是否下降，或出現嘴唇乾裂等狀況。而兒童急性腸胃炎首先要補充水分及電解質，並配合清淡飲食，如果仍然持腹瀉、嘔吐及食慾不振，建議應該盡快就醫治療。

疾管署 3 月公布，近期單週腹瀉就診人次達到 16.5 萬人，創下 3 年來新高紀錄，且當中高達 90% 為感染諾羅病毒導致，自春節假期後至今就未曾趨緩，依趨勢觀察，評估目前仍再染病高峰，民眾得多加注意。

鄭弘彥醫師建議，可從注意手部衛生、戴口罩與勤消毒開始，特別是在飲食方面，在如廁後、進食或準備食物前都應正確洗手。烹製菜餚應注意食品衛生，生熟食應分開處理，並避免食用未充分煮熟的蛋、肉類或貝類等產品，以及飲用未煮沸或消毒之生水。

另外，目前並沒有疫苗可以預防諾羅病毒的感染，因此家長照顧嬰幼兒時，仍要多注意家中環境廁所衛生，要多洗手，少去公共場所及人潮多的地方，以避免接觸傳染，若不幸感染，出現強烈腹瀉、嘔吐，甚至是抽搐症狀時，請盡速送醫勿延遲。（文/雙和醫院）



【右圖：諾羅病毒爆發期間，雙和醫院呼籲民眾特別注意手部衛生】