

衛生署疾病管制局局長 涂醒哲
林口長庚兒童醫院院長 林慶延
台北榮總小兒部醫務科主任 溫仁彬
馬偕醫院小兒感染科主任 邱南昌

聯合推薦
定價250元 特價199元

聊健康Health
聊天室
如獲至寶的快樂保健工具書

腸病毒



怎麼判斷是腸病毒感染？
得了腸病毒，該怎麼辦？
怎麼知道小孩病情嚴重嗎？
腸病毒是否和腸胃有關？
哪種腸病毒會致命？
真的沒有預防或治療藥物嗎？
如何預防小孩被感染？
中藥治療有效嗎？

完全搞定

正確觀念

認識腸病毒

自我診斷

看醫生 & 買藥

飲食 & 休養

預防

編著 / 原水編輯室

審定 / 李秉穎 (台大醫院小兒部主治醫師、衛生署北區腸病毒醫療諮詢委員)



審定者簡介

李秉穎，畢業於台灣大學醫學系，台灣大學臨床醫學研究所博士，專長為小兒感染學。於民國79年就任台大醫院小兒部主治醫師至今，目前也是台大醫學院小兒科專任副教授。為衛生署北區腸病毒臨床醫療諮詢小組委員之一，著有「感冒」及「腸病毒震撼」。

編著者

原水編輯室

- 成員 國內醫師、保健專家、學者和資深寫作者
- 宗旨 深入研究讀者對健康問題的疑惑，提供最平易、正確和直接的解答
- 專長 了解讀者需求，平易近人的寫作風格，容易閱讀的編輯設計

1200319487 - 8



1200319487

福州大學
圖書館

腸 病 毒

最權威的快樂保健工具書

完全 搞定

R574
960



編著
審訂

責任編輯
採訪編輯
封面設計
封面插畫
版型設計
美術編輯
攝影編輯

發行人
總編輯
總策劃
採訪編輯
文稿編輯
行銷業務部經理
行銷企劃專員

原水編輯室
李秉穎

(台大醫院小兒部主治醫師、衛生署北區腸病毒醫療諮詢委員)

李欣怡
李欣怡
陳昭麟
王振宇
晏琪雯
陳昭麟
朱 英

何飛鵬
黃孝如
沈雲驄
林珊吟(組長) 魏汝蔚 宋巧雲 李欣怡
沈嘉琪 吳雅雯
李再興
陳婉玲

出 版／原水文化

台北市信義路二段251號7樓B室

電話：(02) 2397-1558

傳真：(02) 2392-4694

Email：H2O@cite.com.tw

發 行／城邦文化事業股份有限公司

台北市信義路二段213號11樓

電話：(02) 2396-5698

傳真：(02) 2357-0954

網址：http://www.cite.com.tw

郵撥帳號／1896600-4 城邦文化事業股份有限公司

E-mail／service@cite.com.tw

香港發行／城邦(香港)出版集團

香港北角英皇道310號雲華大廈4/F, 504室

電話：852-2508-6231 傳真：852-2578-9337

新馬發行／城邦(馬新)出版集團

11, Jalan 30D/146, Desa Tasik, Sungai Besi,

57000 Kuala Lumpur, Malaysia.

電話：603-9056-3833 傳真：603-9056-2833

製版印刷／藝樺彩色製版印刷有限公司

初 版／2001年4月

歡迎光臨城邦讀書花園

http://www.cite.com.tw

定價／250元 特價／199元

ISBN 957-469-384-8 (平裝)

有著作權・翻印必究(缺頁或破損請寄回更換)

誰需要這本書



家中有小孩的父母

小孩是感染腸病毒的高危險群，因腸病毒死亡的幼兒至今仍在持續著。除了沒有治療及預防藥物，腸病毒易散播的特性也是原因之一。本書將以淺顯易懂的文字，再輔以生動圖片，教你輕鬆面對腸病毒威脅。

家中有人或可能感染的人

如果你懷疑家中幼兒可能感染腸病毒？別擔心，本書會教你step-by-step從判斷病情到看完醫生所要注意的事。如果家中還有其他小朋友，那麼更要小心腸病毒在家中散播，小心處理患者飲食及物品。

安親班、幼稚園及學校

幼兒間常有親密接觸，而且在同一間教室上課，使得學校常成為幼兒感染病毒的主要來源一。書中將告訴你如何消滅腸病毒及病患的照顧事宜。

打算生小孩的人

孕婦要特別小心防範，因為若將腸病毒傳染給新生兒，可能會造成新生兒敗血症。相關腸病毒問題你都可以在書中找到答案。

抵抗力較弱的人

許多人以為腸病毒是小孩才會得的病，其實成人也會感染。另外，許多人感染腸病毒常是沒有症狀的，因此成人常在無形中成為傳播病毒的媒介。所以大家都了解腸病毒特性，才可以防範疫情擴大。

1/2/19/57

出版緣起

易讀、能懂、美觀、專業－健康書籍的新嘗試

即使賺得全世界，但輸掉健康，你仍然是人生的輸家。

健康是現代人最重要的生活前提，人人也都知道要有健康，預防重於治療，生活態度重於保養保健。城邦集團旗下的原水出版，從成立開始，我們就抱持著這樣的態度，要為關心自己健康的人，提供一套正確而完整的知識與生活態度。

「原水健康聊天室」系列，是原水出版的健康系列叢書中，另一個全新的嘗試。在包裝和印刷條件上徹底突破－文圖並茂的圖解表現型式，再加上全彩的印刷，我們期待讓傳統的健康知識類型的書籍，完全跟上時代的腳步：圖文、彩色、平易近人。

當然這一系列的書，不僅只有外型與包裝上的突破，其他特色還包括：

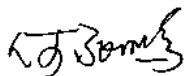
1. 選題的功能化，以解決讀者困難為考量：讀者的困難，就是我們的困難；讀者的問題，就是我們的問題。這一系列書的選題不只從病症、身體的器官等傳統健康書為內容型式為主，更強

調「每一本書能解決讀者的一個困難」。

2.寫作專業與醫學專業的整合：過去的健康醫療書籍，專業醫師的寫作，往往搔不到讀者的癢處，失諸深奧、艱澀，因此「原水健康聊天室」系列，結合了城邦出版集團內部寫作與編輯專業，再配合醫學的專業，以期表述型式上達到「易讀、能懂、美觀、專業」的效果。這是現今出版製作的新工作方法。

3.長期經營、定期出版、定期更新：我們期待用每年十到十二本的工作節奏，從讀者最大的困難著手，以新的出版型式，讓讀者能穩定而規律的接受新的知識。並且在出版了一定的時間後，就相關的內容定期更新再版。

健康是一輩子的事，健康也是國力的象徵。原水出版與城邦集團，期待用新的出版觀念，與讀者共許一個活力新象的人生。



城邦出版集團總經理
原水文化發行人

編輯室報告

我們陪你「聊」健康

很多人說，這是個講究健康的時代。真的嗎？

看過醫生的人都有這種經驗：掛號排隊等了三小時，進到診療室和醫生講話的時間卻不到三十秒，還來不及詢問病情，就被請了出來；就算有時間和醫生多聊幾句，卻發現自己不知從何問起；或者是提出問題之後，對醫生的回答一知半解，似懂非懂。

連「講」都成問題，更別談「究」了。頭痛欲裂，究竟是不是得了腦瘤？生理痛，是否真的無藥可救？肚子痛得半死，到底是哪個器官出了問題？動不動就腰酸背痛，算是哪門子的毛病、該掛哪一科？太多的疑惑，需要耐心解答。

「原水編輯室」是城邦出版公司總經理何飛鵬先生發起，由一群資深的寫作人、醫師和顧問所組成，首要任務就是：為無數對醫學一竅不通的華人讀者，製作最實用的健康工具書。

本書共分六個篇章，讀者可以根據自己的需求，翻閱相關內容。使用本工具書時請注意：（1）我們不推薦任何醫師、醫院或醫療商品，書中採用之相關圖片僅供參考；（2）本工具書不能取代醫生。本系列旨在幫助你認識各種症狀與疾病，建立正確的醫療和保健觀念，一旦身體不適，還是應根據本書所提供的建議和方法，儘速向醫師求助。

本書能順利完成出版，感謝下列專業人士，在百忙之中撥空協助，並接受採訪，為傳播專業正確的腸病毒知識，盡最大的努力！

（以下依姓名筆劃順序排列）

- | | |
|-----|------------------|
| 丁綺文 | 財團法人尹書田紀念醫院小兒科主任 |
| 李秉穎 | 台大醫院小兒部主治醫師 |
| 呂俊毅 | 台大醫院小兒部主治醫師 |
| 邱南昌 | 馬偕紀念醫院小兒感染科主任 |
| 夏紹軒 | 長庚兒童醫院兒童加護科主任 |
| 莊義明 | 市立陽明醫院中醫科醫師 |
| 張鑾英 | 長庚兒童醫院感染科醫師 |
| 謝佳璋 | 台北榮民總醫院感染科總醫師 |

池雲龍

原水文化總策劃

contents

contents

目

錄



Contents

1

建立正確觀念

- 020 為何腸病毒這麼可怕？
- 024 哪些人是高危險群？
- 026 腸病毒只發生在小孩身上？
- 030 哪種腸病毒會致命？
- 032 什麼情況要特別小心？
- 036 周遭有人得了腸病毒，該怎麼辦？
- 038 怎麼知道是否得了腸病毒？
- 040 中藥治療有效嗎？
- 042 腸病毒要怎麼搞定？

2

認識腸病毒

- 046 何謂腸病毒？
- 048 為何會感染腸病毒？
- 050 傳染途徑
- 052 腸病毒種類
- 056 腸病毒特性
- 058 腸病毒引起的疾病症狀
- 064 腸病毒71型的特殊症狀

contents

目

錄

3

自我診斷

- 070 腸病毒檢測圖
- 076 類似症狀比較

4

看醫生&買藥

- 082 何時該就醫？
- 084 掛哪一科？
- 086 初步檢查
- 096 腸病毒腦炎重症患者治療
- 102 免疫球蛋白治療
- 104 中醫治療方式

Contents

5 飲食&休養

112 患者的飲食

114 充分休息

116 居家環境注意事項

118 發燒時的處理

6 預防

122 注意個人衛生

124 避免接觸患者

126 免疫力檢測

136 增強免疫力飲食

142 適度運動

144 保持身心愉悅

附錄 腸病毒腦炎重症患者臨床處理綱要

本書專為家中有小孩的父
母、安親班、學校老師及對
腸病毒有疑惑的人而製作，
在面對腸病毒的威脅，教你
step-by-step從自我診斷病
情、照顧病患、消毒物品到
疾病的預防。本書共分六個
篇章，每一篇章都是針對想
徹底了解腸病毒的人所設
計，站在讀者角度去思考，
提供快速、簡潔的說明。書
末並有附錄供讀者參考。

篇名

大家對腸病毒常有的困惑與問
題，可依據你個人的需求查閱相
關篇章。

大標

該篇章所提出的相關問題，你必
須知道的重點及所需解答的疑
問。

內文

根據大標提示的重點，做深入淺
出的說明，讓你迅速掌握重點。

頁碼

具有連結功能，遇到相關問題與
疑惑，讓你能快速查閱，找到所
需資料。

2 腸病毒引起的疾病症狀

腸病毒的潛伏期約為三至五
天，多數患者並不會出現症
狀，或是症狀極輕微，並且大
部分在幾天後就自然痊癒。

當出現典型的腸病毒症狀，
就是在口腔、手掌、腳掌出現
水泡、潰瘍（破洞），可能會合
併有發燒的情形，約七到十天
會慢慢復元，這種情況就是出
現所謂的手足口症和疱疹性咽
峽炎。

另外，因腸病毒所引起的疾
病症狀還有流行性肋肌痛、急
性心肌炎及心包膜炎、無菌性
腦膜炎與腦炎、急性出血性結
膜炎等。不過，極少數的人會
出現例如腦炎等較嚴重的合併
症。

各種症狀介紹

1

手足口症

引起這類型症狀的致病原有很多，常見
的有A、B型克沙奇病毒及腸病毒71
型。特徵為發燒、全身出現小水泡及紅
斑疹，容易產生小水泡的部位有手掌、
腳掌、膝蓋、臀部、口腔等，水泡大小
約0.2公分，不過也有可能小到被忽略的
程度。



Q&A

手足口症和水痘所引起的水泡有何不同？
手足口症的水泡和水痘大不相同，水痘的
水泡大都集中在身體軀幹部分，而手足口
症的水泡則會出現在手腳末端，並且不痛不
癢，恢復後也不太有疤痕產生。



Dr. Advice

具豐富專業的醫師與專家們，
為有腸病毒困擾的你，提供實
用而貼心的小建議。



FACT

腸病毒相關的歷史、重要統計
數據或資訊，輔助你對腸病毒
更有概念。

2 疱疹性咽喉炎

主要由A型克沙奇病毒所引起，特徵為突然的發燒、嘔吐及咽喉部位出現小水泡或是潰瘍。因此幼兒會有厭食及容易流口水的情形。但是四肢並沒有紅疹，發病的過程約四到六天，多數患者的症狀輕微，不會併發其他症狀，不過仍有少數人會併發腦膜炎。



較嚴重的疱疹性咽喉炎在舌頭上也會有潰瘍。



粉紅色區域為易發生潰瘍的地方。

Q&A

什麼是潛伏期？

是指從病原體侵入體內到發病這段時期。其長短因不同的疾病而有不同。

認識腸病毒

次標題

針對大標做出說明。

書眉與色塊

本書各篇章都有專屬色彩，按照篇章內容排列，色塊部份表示該頁所在位置，讓你對本書內容一目了然。

1 治療頭痛

小標與說明

進一步對重點內容做說明，詳細的解釋幫助你對腸病毒有更深入的瞭解。

流程圖

介紹重要概念與步驟流程，幫助你建立正確就醫、吃藥與飲食等觀念。

步驟

1

實用步驟

幫助你了解如何解決腸病毒的步驟。

1

重點分類

藉由簡單的分類讓你迅速吸收重要訊息。



DO

值得你個人身體力行的建議，有助於你預防或減輕疾病症狀。



Q&A

針對腸病毒的疑惑，提供最平易、正確和直接的解答，從中你可以學到不少有用的常識。



DON'T

提醒你該從事、或易犯的錯誤，需在生活中避免或改正。



story

實際發生的個案，從別人的實際經歷，你可以避免重蹈覆轍。

腸病毒安全鑑定