



為寶寶打造防護罩對抗冬季腸胃炎～輪狀病毒

全世界 5 歲以下的幼童有 95% 都曾感染過 1 次（或以上）的輪狀病毒，以往因為對此病毒認識不多，而被歸入腸胃型流感。其實輪狀病毒對幼童的影響相當顯著，據統計，在美國及其他已開發國家，每年竟有高達數萬名的幼童因感染輪狀病毒而住院。即使輪狀病毒對嬰幼兒的威脅極大，但家長也無須「聞毒色變」！只要對此病毒有充分的認識，多注意生活中衛生細節，以及做好預防措施，便可免於無謂的恐慌。

病毒特色

1. 如輪子般的病毒

「輪狀病毒」顧名思義，其病毒外觀就像車輪一般圓圓的，而複製及傳染的速度，也像輪子滾動一樣的快，滾進寶寶的身體裡，寶寶就得承受腹瀉之苦。新竹馬偕醫院小兒科主任醫師李松澤表示，1973 年澳洲醫學界發現此病毒，因為在電子顯微鏡下的病毒的外觀，就如同輪子一般，便以此命名。

2. 滾雪球般的複製速度

輪狀病毒的傳染力很高，李松澤主任指出，通常感染輪狀病毒的患者，1c.c.的糞便中就有 100 個病毒，但是只要有 10 個病毒顆粒，就可以對一名嬰幼兒造成相當大的威脅。輪狀病毒不僅複製能力強，生存能力也很高，例如寶寶的玩具上有病毒的存在，而寶寶不小心把玩具放入嘴巴，病毒進入體內後，順著消化道到小腸，侵入內膜的上皮細胞，便以驚人的速度複製，在 24 小時內即有可能增加至數百萬顆。

感染症狀

最先出現的是嘔吐的症狀，數小時後，便會解出水便。抵抗力比較弱或年紀比較小的幼童，症狀期會拖得比較長，差不多會持續 2 週左右。

1. 第一表徵

入秋之際小兒門診人潮漸多，其中有許多寶寶像是患了腸胃炎一般的「拉」個不停。李松澤主任表示，**寶寶感染到輪狀病毒，最先出現的徵兆，通常是嘔吐**。雖然並非所有的患者都會嘔吐，但最典型的症狀即是寶寶會出現嘔吐症狀，**大約持續半天到一天左右**。李松澤主任解釋，輪狀病毒侵入寶寶後，會造成胃發炎及腫脹，甚至出現痙攣的情況，便會引起寶寶反胃、嘔吐的症狀。

2. 後續水瀉·寶寶無力

接下來就會出現「水便」拉個不停的現象。李松澤主任表示，患者 1 天水瀉的次數，可能多達 10~20 次左右；同時，**還可能會合併出現發燒的情況**，這 2 種症狀，都可能會維持 3 天到 1 週之久，之後情況才會逐漸緩和。而且大約有 5% 的病童，會合併出現脫水的症狀，嚴重者還可能會出現休克、昏迷。

3. 情況嚴重易脫水

李松澤主任指出，若未妥善治療與照顧，可能會有脫水現象，甚至造成代謝性酸中毒。若發現嬰幼兒有昏迷嗜睡、小便減少、嘴乾無口水，皮膚乾燥無汗等，都是脫水現象，應及早就醫，不可延誤。

在落後地區，通常醫療設備較不完善，容易延誤就醫時機，較容易出現有因脫水而致死的狀況發生，不過在台灣良好簡便的就醫環境下，爸媽可以放心。只是 5 歲以下的高危險群，尤其 2 歲以下的寶寶因為不容易清楚表達不舒服的症狀，可能會讓他們哭鬧好一段時間，也讓家長心急不已，增加了照護壓力與心理負擔。



對抗輪狀病毒

萬一不小心，寶寶感染到輪狀病毒了，出現了各種症狀，家長應該如何應變，好讓寶寶度過這段不舒服的時期呢？

1. 清淡飲食・舒緩不適

李松澤主任說，輪狀病毒會引起寶寶胃發炎、腫脹等，甚至會有胃痙攣的狀況發生，這些都會讓寶寶出現嘔吐的現象。飲食以清淡為主，例如母乳、稀飯，以減輕症狀，舒緩寶寶的不適。另外，已有水瀉現象的寶寶，腸道絨毛黏膜已受損，可能出現暫時性的乳糖耐受性不良，因此，不適合再餵食含有乳糖的配方奶或食品。

2. 補充水分・平衡電解質

患者出現水瀉的狀況會非常嚴重，李松澤主任認為，水瀉的次數可能多達 1 天 10~20 次左右，且會維持 3 天至 1 週，補充流失的水分，是重要的課題。而哪一種水分最適合呢？最好的是專為寶寶量身訂做的口服電解質液，最適合腹瀉寶寶的需求。寶寶專用的電解質液，其成分是稀釋過的，不會造成寶寶額外的負擔。若買不到專用電解質液，也可對半稀釋運動飲料，適量補充平衡電解質，避免導致寶寶抽搐或休克，而留下嚴重的後遺症。

3. 良好衛生習慣、口服疫苗・降低感染

隨著氣溫逐漸下降，輪狀病毒越發猖獗，李松澤主任指出，輪狀病毒感染力強，家中若有人感染，其他人也很難倖免。因此，家中的衛生習慣平時就要多加留意。在個人衛生習慣方面，應加強洗手，尤其每次幫寶寶換完尿片時，一定要用肥皂洗手，手腕部分亦要清洗乾淨；同時應隔離糞便尿布，且換尿布的地方，一定要跟進食的地方隔離。換尿布的區域，也可以準備內含 70% 酒精的消毒液，達到有效的消毒效果。除了平時養成良好的衛生習慣之外，口服預防輪狀病毒的疫苗，是最經濟也最有效的預防方式。

輪狀病毒疫苗

疫苗是人類對抗傳染性疾病的第一道防衛牆。卻因對疫苗的認識不多，尤其新上市的疫苗，經常引起家長們的疑惑與困擾。目前輪狀疫苗有 2 種，分別為口服 2 劑及 3 劑。李松澤主任說，這 2 種疫苗的效果都很好，以 2 劑疫苗為例，建議分別在寶寶 2 個月及 4 個月大時口服（6 周以上即可服用，須在 6 個月大前完成。）便可在到達疾病高峰期的月齡前，及早給予寶寶保護。而目前輪狀病毒疫苗還是採用自費的方式。若是以接種時程及價錢來考慮，口服 2 劑疫苗，除了可以提早獲得適當的保護，價格上也較佔優勢。

除沙賓疫苗外・皆可同時接種

疫苗本身具有相當的安全性，口服時並沒有特殊的禁忌，除了中度發燒時不建議使用外，免疫功能不全的寶寶，也不建議使用。口服疫苗後，並沒有明顯的副作用，但是因個人體質而異，可能會出現有暫時輕微發燒、食欲不振，及活力降低的現象。口服輪狀病毒疫苗可以和三合一、四合一、五合一、六合一疫苗，以及 B 型肝炎疫苗同時使用，並不會影響相互間的免疫反應；但是尚不建議與口服小兒麻痺疫苗一同口服。藉由疫苗的接種，將大幅減少孩子們感染的機率。面對輪狀病毒，除了保持良好的衛生習慣外，預防也是相當重要的一環。