

# 病毒性胃腸炎

病毒感染是導致胃腸炎的常見原因。它會引起患者嘔吐和腹瀉。這類病毒非常容易在人與人之間傳染擴散。用肥皂和流動水清洗雙手是防止病毒蔓延的重要措施。

最新更新：2007 年 11 月 29 日

## 甚麼是病毒性胃腸炎？

病毒性胃腸炎是人體的胃腸器官受到感染，是一種常見疾病，症狀是嘔吐和腹瀉。有多種病毒會導致胃腸炎，包括輪狀病毒和諾沃克病毒（以前稱為諾沃克類病毒）。許多其他原因也會引發胃腸炎，包括細菌、有毒物質、寄生蟲和一些非傳染性疾病。

## 有些甚麼症狀？

病毒性胃腸炎的主要症狀是嘔吐和水瀉。其他症狀還可能包括惡心、發燒、腹痛、頭痛和肌肉疼痛，之後患者可能會出現脫水。各種症狀一般需要 1-3 天才會全面出現，並且持續 1-2 天後消失。有些病例持續時間較長。

## 是如何傳播的？

病毒性胃腸炎具備高度傳染性。患者的嘔吐物或糞便中帶有的病毒得以蔓延傳播的途徑有：

- 人與人接觸，如與患者握手而患者手上帶有病毒。
- 被污染的物品。
- 被污染的食物或飲料。

患者嘔吐時病毒也能通過空氣中的微粒得以傳播。在大多數情況下，有症狀的患者是傳播病毒的源頭。但是，一些人雖然已經沒有任何症狀卻依然能傳染病毒，尤其是在病愈後首 48 小時內。

## 誰有被傳染的危險？

任何年齡的人都可能被傳染病毒性胃腸炎。

## 如何預防？

如廁和更換尿布之後，進食或準備燒煮之前，用肥皂和流動水徹底沖洗雙手至少 10 秒鐘，然後用乾淨的毛巾擦乾。

## 如何診斷？

病毒性胃腸炎的診斷依據通常是患者表現出的症狀。如疫病流行，化驗糞便樣本是確認病因的重要方式。

## 如何治療？

病毒性胃腸炎沒有特定的治療方式，主要是休息和補充充足的水份。大多數患者沒有併發症便可痊愈。但是，對於那些在嘔吐和腹瀉後及時攝入和補充水份和鹽份有困難的患者來說，病毒性胃腸炎可能會帶來比較嚴重的問題。

嘔吐和腹瀉的患者應該：

- 在復元之前留在家中休息，不要上班、上學或去幼兒園。
- 不要為他人準備食物或照料病員、兒童或老人。為謹慎起見，嘔吐和腹瀉停止後 48 小時內應該依然禁做這些工作。這包括那些需要在家中準備食物或是在餐飲行業工作的人員。
- 如廁後使用肥皂和流動水徹底洗手至少 10 秒鐘。
- 保持飲入充足的透明液體，如稀釋了四倍清水的果汁或軟飲料，以免脫水。不要喝未經稀釋的果汁或軟飲料，因為這可能加劇脫水和腹瀉。用來補充水份和鹽份的飲料可在藥房購買。出現嚴重脫水情況時可能需採取靜脈輸液。

照料胃腸炎患者的人必須在與患者接觸後使用肥皂和流動水沖洗雙手。清洗消毒被污染的物件表面和衣服可進一步減少各種病毒擴散。

在清理患者的嘔吐物或糞便時：

- 戴手套。
- 在摘除和丟棄手套之後使用肥皂在流動水中沖洗雙手 10 秒鐘。
- 使用一次性紙巾或抹布清理任何固體物質，然後將它們封裝在塑料口袋內後才丟棄入垃圾箱。
- 使用熱水和家用洗滌劑清理受污染的物件表面，並且讓它們完全乾燥。
- 建議部分人戴口罩。

## 出現這類傳染病時公共衛生部門如何反應？

病毒性胃腸炎較多在冬季出現，往往會感染整個家庭以及在一群人中傳播，如養老院、醫院、托兒中心和學校。如出現兩例相互關聯的胃腸炎病例，醫生和醫院必須將這一情況通報給他們所在地區的公共衛生部門。

公共衛生部門能夠：

- 指導如何識別疫情。
- 指導如何控制疫情。
- 協助調查發病原因以及傳染途徑。
- 指導如何把病毒性胃腸炎患者從工作場所、學校或其他公眾集中的地方加以隔離。

## 更多資訊 — 新南威爾士州公共衛生部門

瞭解更加詳細的資訊，請你詢問醫生，或聯絡當地公共衛生部門或社區衛生中心。聯絡詳情列在白頁電話本（White Pages）中的“NSW Government”部分。

城市地區	地點	電話	鄉鎮地區	地點	電話
<b>Northern Sydney/Central Coast</b>	Hornsby	02 9477 9400	<b>Greater Southern</b>	Goulburn	02 4824 1837
	Gosford	02 4349 4845		Albury	02 6080 8900
<b>South Eastern Sydney/Illawarra</b>	Randwick	02 9382 8333	<b>Greater Western</b>	Broken Hill	08 8080 1499
	Wollongong	02 4221 6700		Dubbo	02 6841 5569
<b>Sydney South West</b>	Camperdown	02 9515 9420		Bathurst	02 6339 5601
<b>Sydney West</b>	Penrith	02 4734 2022	<b>Hunter/New England</b>	Newcastle	02 4924 6477
	Parramatta	02 9840 3603		Tamworth	02 6767 8630
<b>Justice Health Service</b>	Matraville	02 9311 2707	<b>North Coast</b>	Port Macquarie	02 6588 2750
<b>NSW Department of Health</b>	Nth Sydney	02 9391 9000		Lismore	02 6620 7500
<b>NSW Health: <a href="http://www.health.nsw.gov.au">www.health.nsw.gov.au</a></b>					