

問題解答：諾羅病毒（“腸胃病毒”）

1 諾羅病毒是什麼？

諾羅病毒是一組病毒，會引發被有些人稱為“腸胃流感”的疾病。這種疾病與流感（流行性感冒）並無關。諾羅病毒又被稱為腸胃炎。

2 症狀是什麼？

最常見症狀為嘔吐和腹瀉。還可能出現噁心、胃絞痛、發燒、寒顫、酸痛和疲倦等症狀。

3 症狀在多久後出現？

症狀在接觸病毒後1至2天內出現。

4 諾羅病毒如何傳播？

諾羅病毒透過與感染者密切接觸傳播。例如，換尿布、共用餐具、吃或喝被病毒污染的食物或液體，或將接觸過被感染表面或物品的手指放入口中或放在嘴邊都會傳播諾羅病毒。

腸胃病毒在群體環境中傳播速度更快，例如療養院、學校、日託中心和宿舍。

5 被感染者的傳染期有多長？

被感染者的傳染期可以從其感覺不適的那一刻起一直持續到好轉後至少3日內。

6 諾羅病毒如何診斷？

通常由醫護服務提供者根據症狀診斷。

7 諾羅病毒如何治療？

諾羅病毒沒有特定的治療方法。抗生素並不起作用。醫生可能會給您開止吐和止瀉的藥，但多數人在1-2天內就能自行好轉。

如果您有腹瀉或嘔吐情況，請大量飲用液體，防止脫水（液體過度流失）。如果您認為自己出現脫水（口乾、皮膚乾燥、眼睛乾澀），請立即去看醫生或去醫院。

8 感染者是否應當留在家裡？

是。病人應當留在家裡直到完全康復，特別是學校、日託中心和醫療機構的食品處理者及工作人員。

9 我如何避免感染諾羅病毒？

- 經常用水和肥皂洗手，特別是在上廁所或換尿布之後及在製備食品及吃東西之前。
- 提醒孩子上廁所後和吃東西前洗手。這一點在他們生病的時候尤其重要。
- 立即清理嘔吐物和糞便，以及其接觸過的所有物品：
 - 用殺菌清洗劑（例如漂白劑）進行表面消毒。
 - 用熱肥皂水清洗衣物。
 - 將抹布封入塑膠袋內扔掉。
 - 清理完畢後請務必洗手。