



ALL ABOUT PAEDIATRICS

兒科通識

撰文・張少萍 美術・Leah

病毒無處不在 嬰幼兒防病無計可施？

疾病的出現有很多原因，其中一個可能性為受到致病原的感染。細菌(bacteria)和病毒(virus)是常見的致病原，還有真菌(fungi)和寄生蟲(parasite)等兩類感染。生病看醫生，然後乖乖服藥屬正常不過的事情。治病必須對症下藥，可是部分由病毒引起的疾病卻是無藥可醫。面對此情況，作為父母又可以怎樣保護孩子？

病毒無處不在。只要有人的地方，就有機會接觸到病毒，特別是人流較多的地方，包括商場、幼兒集中地如幼兒園或幼兒中心等，都是傳染病散播的「高危地帶」。明德醫療中心兒科專科何慕清醫生指出，病毒的傳染性頗高，如近期流行的H3N2也就是其中例子。

主要經飛沫傳播

病毒種類繁多，各具特性，但傳播途徑卻是共通的，多數是經飛沫傳播，即接觸帶病毒者的口水、鼻涕或眼液等分泌物。以H3N2甲型流感病毒為例，它正是一種傳染性高，主要經飛沫傳播的病毒，一旦受到感染可引發流感。

不過，感染病毒後多不會即時發病，普遍會潛伏一段時間才顯露病徵，即所謂潛伏期。視乎病毒類型，潛伏期約3至10天不等。發燒、流鼻水、鼻塞、咳嗽、疲倦、嘔吐和腹瀉等，屬受到病毒感染後的常見臨床表現，至於特定的典型病徵，則按病毒類型而定，如風疹病毒引發的德國麻疹，會令患者全身長出紅疹；由流行性腮腺炎病毒所引起的流行性腮腺炎，典型病徵為唾腺腫痛。



過濾性病毒是甚麼？

可理解為病毒的另一個稱號，其體積細小得連濾紙也能穿過，故有此名。

常見致病原

	特性	例子
病毒	- 以單一粒子形式存在 - 是一些非常細小的生物體，在一般顯微鏡下無法看見 - 傳染性極高	流感病毒、腸病毒
細菌	- 以單細胞形式存在 - 體積比病毒大	金黃葡萄球菌、霍亂弧菌、大腸桿菌
寄生蟲	- 以寄生方式寄生於寄主體內，需要依靠寄主提供住所和營養來生存 - 體積比細菌大	條蟲、原蟲、蛔蟲
真菌	- 生長和寄生蟲相似，也需要一個寄主。常見寄主包括動物、植物或泥土石塊 - 喜愛溫暖和潮濕的環境 - 繁殖速度快	念珠菌

無針對性藥物對付病毒

何醫生解釋，早期診斷和對症下藥是治療疾病的關鍵。不同的致病原有不同的治療方法，如由細菌引起的疾病可使用抗生素，真菌感染可使用抗真菌藥物等。不過，何醫生指由病毒引起的疾病，大部分並沒有針對性藥物治療，只能靠患者的免疫力對抗疾病。正因如此，當嬰幼兒受到病毒感染後發病，無不令父母感到憂心。常見由病毒引起的兒科疾病包括：

玫瑰疹：可由多種過濾性病毒引起，如人類疱疹六及七型病毒，常見於「細B」（一歲或以下嬰兒），主要病徵為高燒，及後皮膚長出紅點。

流行性腮腺炎：由流行性腮腺炎病毒引起，常見於一歲以上的幼兒，主要病徵包括：腮腺腫痛，間中可出現失聰或腦部受感染等併發症。

德國麻疹：由風疹病毒引起，不論任何年齡的人士也有機會患上。患者會全身出疹，情況約持續3至5天不等，若不幸引發嚴重的併發症如腦膜炎，存在致命風險。

病毒性腸胃炎：多數由諾如病毒和輪狀病毒致病，常見於夏季。患者會有嘔吐和腹瀉的情況，「細B」容易因此脫水。故此，醫生多會處方電解水予以補充礦物質。另外，處方益生菌也很普遍，作用是防止腸道吸收和積存病毒。

小支氣管炎：由呼吸道合胞體病毒(RSV)感染引起，可導致小支氣管炎，令患者出現咳嗽及喘鳴。

防病毒對策

在嬰幼兒未懂得保護自己免受病毒攻擊之前，預防疾病的重任非父母莫屬。何醫生認為，預防病毒感染不過是老生常談，能夠做到以下幾點已能大幅減低患病風險：

1. 注意個人衛生

進食前後替幼兒清潔雙手，注意家居清潔，保持室內空氣流通。在流行性疾病高峰時節，避免到人多擠逼的地方活動。

2. 接種預防疫苗

按照疫苗接種計劃內的建議，按時帶嬰幼兒到診所或母嬰健康院接種預防疫苗。當中，MMR混合疫苗針對預防麻疹、腮腺炎和德國麻疹；流感疫苗可預防感染流行性感；口服輪狀病毒疫苗則針對可引致嚴重腹瀉的輪狀病毒。基於嬰幼兒的上呼吸道和腸道的抗病能力較弱，接種預防疫苗將可大幅減低受感染機會。

3. 飲食均衡

維持健康的飲食模式，多進食新鮮、富有營養的食物。當幼兒進入固體食物階段，應按時序為他們添加不同的食材，以防偏食。

4. Playgroup勿亂去

嬰幼兒的免疫力尚在發展階段，一般至4、5歲才漸見成熟。加上他們的衛生意識極低，經常「攞頭攞頸」活動，故幼兒園或playgroup自然地成為了散播病毒的高危地方。建議父母不要過早讓幼兒前往這些地方學習或活動，特別是疾病傳播高峰期更是可免則免。

何醫生指預防嬰幼兒受病毒感染致病，還是老生常談，注意個人衛生和均衡飲食必不可少。

