

諾羅病毒

一群無套模（envelope）的 RNA 病毒，以前稱為類諾瓦克病毒 Norwalk-like virus (NLVs)，可感染人類而引起腸胃道的發炎。

● 傳染途徑：糞口途徑，如食入被諾羅病毒污染的食物或飲水、接觸被諾羅病毒污染的物體表面病人之排泄物、嘔吐物等，再接觸自己的嘴、鼻或眼睛黏膜傳染、諾羅病毒只須「極少的病毒量便可傳播」，因此若病患嘔吐時在場，嘔吐物可能形成飛沫，若吸入飛沫也可受感染。

● 潛伏期：一般為 24 至 48 小時，有些在 12 小時內即出現症狀。

● 可傳染期：一般在急性腹瀉停止之後 48 小時內依舊有傳染性，有些人感染恢復之後二星期內，其糞便內仍有病毒，仍然具有感染力。

● 年齡層：「所有年齡都有可能被感染」，不同於輪狀病毒大多感染兒童。

● 臨床症狀：噁心、嘔吐（通常量多、無血絲、不含綠綠的膽汁，但常有黃色的胃液）、腹絞痛、水樣狀腹瀉（通常無血絲）、發燒（通常為 38 度上下的低溫發燒，但少數仍會高燒）、倦怠、頭痛、肌肉痠痛。大人病程較短，通常為 1~3 天，症狀緩解後的 2 天內仍有傳染力；兒童病程較長，通常為 3~5 天。

● 症狀順序：多為「噁心和嘔吐→發燒→腹瀉」，幾乎都會有噁心和嘔吐症狀，但發燒和腹瀉則不一定會發生。

● 治療方法：「支持性療法」，除了多休息外，應該要注意營養及水分、電解質的攝取，以避免脫水。目前無對抗諾羅病毒的特效藥，亦無疫苗可以預防。

● 預防手段：飯前和便後應洗手，為嬰幼兒或老年人更換尿布或處理排泄物之後應洗手，以及準備餐點之前也應洗手、蔬果要清洗乾淨，避免生食生飲、注意居家環境衛生、新生兒餵哺母乳可提高嬰幼兒的免疫力。「酒精或乾式洗手液對諾羅病毒無效」。請用漂白水消毒環境。

● 不會終生免疫：諾羅病毒是一群病毒的總稱，單一次的感染並無法對其他型別之諾羅病毒產生完全的保護力，未來仍有遭受感染的可能。