



NTUH Family Doctor Integrated Delivery System

社區醫療群

健康報27

發行日期：中華民國 101 年 6 月 20 日
發行單位：臺大醫院社區醫療群執行中心
地址：臺北市中正區中山南路 7 號
電話：(02)2312-3456 分機 66103
網址：www.ntuh.gov.tw/FM

寄件粘貼處

炎炎夏日請多注意室內外溫差，避免感冒！

~家庭醫師關心您~

急性皰疹性牙齦口腔癌

台大三重社區醫療群 吳家華醫師

『醫師，為何我家的寶寶前幾天一直發燒且燒到 39C，今天發現寶寶嘴巴中有水泡、還會流血和口臭？』這個問題的答案，相信只要是兒科醫師早已心中有數，亦是門診服務時常遇到之疾病。原因就是單純皰疹病毒(HSV)之原發性感染(primary infection)所造成。

單純皰疹病毒目前較為人熟悉者約可分為 2 型病毒株，包括較常造成腰部以上皮膚或黏膜部位感染之 HSV-1，以及主要造成泌尿道或新生兒之感染 HSV-2。而感染單純皰疹病毒後，臨床上之表現型態可分為原發性感染(primary infection)、第一次感染(first infection, nonprimary)、復發性感染(recurrent infection)等三類。實際上大部分感染 HSV 後，85% 都屬於臨床上症狀不明顯，但對急性皰疹性原發性感染之幼兒而言，則相對會表現出較為明顯與不適之症狀。一般說來，感染單純皰疹病毒之潛伏期為 2-12 天(平均約 6 天)，主要是侵犯人體的皮膚或黏膜(口腔、泌尿道)、眼睛、中樞神經系統等部位。至於其感染之傳播途徑，主要是

藉由親密身體接觸和身體(皮膚或黏膜)是否有外傷最有相關。

急性皰疹性原發性感染，可以說是造成 1-3 歲之幼兒口腔炎最常見的原因之一，當然在較大幼童及成人也會發生。臨床上常常僅只是先出現發燒(常可高到 39- 40C)與躁動不安的非特異性徵狀，此時期對醫師而言要診斷是急性皰疹性牙齦口腔炎可說是極大的挑戰。2-3 天後才會出現典型的流口水、吃不下、牙齦紅腫、流血與口臭等徵狀。起初口腔中的水泡(vesicle)，常常於疾病早期就破掉而不易被發現，之後會殘存形成大小約 2-10 mm 之水泡且表面上會覆蓋一薄膜，等此薄膜破裂後便產生了清晰可見的潰瘍(ulcer)。口腔中所有的黏膜，包括舌頭、牙齦、嘴唇等皆可受到單純皰疹病毒侵犯而無一幸免(不同於典型腸病毒感染以口腔後半部為主)。少數病患可發現於扁桃腺部位有滲出物(exudate)，因此臨床上急性皰疹性牙齦口腔炎要與急性扁桃腺炎、腸病毒等疾病作鑑別診斷。

整個病程於急性期可長達 4-9 天之久，對罹病之幼兒與家長來說皆是身心莫大之煎熬。幸好急性皰疹性牙齦口腔炎是屬於會自動康復之疾病，目前無特效藥可治療，一般是於

疾病之急性期，可給予一些解熱止痛劑（如 ibuprophen syrup，若對此類藥物過敏者只好選用 acetaminophen syrup）。此外，病童在飲食方面則可考慮選擇一些流質或較冰涼之食物，如布丁、養樂多、優酪乳等，亦可稍微舒緩疼痛感並促進食慾。

◎醫師叮嚀語◎

單純皰疹病毒約可分為 2 型病毒株：較常造成腰部以上皮膚或黏膜部位感染之 HSV-1；主要造成泌尿道或新生兒之感染 HSV-2。急性皰疹性原發性感染，是 1-3 歲之幼兒口腔炎最常見的原因之一。

急性皰疹性牙齦口腔炎病程可長達 4 - 9 天之久，也沒有特效藥。但這個病可以自然緩解，請家長一定要有耐心配合醫師的診治。寶寶不舒服的時候，可以選擇一些流質或較冰涼之食物，以舒緩疲痛感並促進食慾。

淺談大腸癌之糞便潛血檢查

台大台北社區醫療群 陳麗珠檢驗師

近年來，罹患大腸癌的人數似乎有增加趨勢。一般認為大腸癌與飲食習慣有很大的關係。大腸是人體吸收水份，排泄食物殘渣的器官，而現代人飲食精緻西化，過度攝取動物性脂肪、肉類、少纖維和缺乏運動——等，所以相對提高大腸癌罹患機會。除了飲食，大腸癌的發生與遺傳也有關係，四分之一的大腸癌患者有家族史。

大腸癌發生率雖高，但因為比較容易發現病灶，癌症演變時間較長，且這種癌症早期大多數是由息肉經約 5~10 年演變成，所以只要早期發現治療，治癒率還是很高。但大腸癌早期症狀並不明顯且特異性不高，易被病患及醫師疏忽，以至於錯過了早期診斷與治療的時機。一般初步大腸癌篩檢方式為糞便潛血檢查，因

為大腸癌前兆與大腸癌病徵，一般最常見的為下消化道出血，大腸癌的出血往往是少量且間歇性，並與糞便均勻混合，不容易由肉眼查覺。糞便潛血檢查顧名思義，就是檢查肉眼看不到的血液。若檢查報告為陽性時，建議進一步接受大腸鏡檢查，看是否有不正常的息肉、組織或是因為其他良性息肉所引起。

因為大腸癌較好發生於年紀超過五十歲以上的人。所以，目前國民健康局提供 50-69 歲民眾每二年一次免費糞便潛血檢查，且其提供的是不受飲食及藥物干擾的免疫法檢查。免疫法糞便潛血檢查，是以抗原抗體檢測人類紅血球存在與否，看看糞便中是否有血液。免疫法專一性高，只對人類血紅素、球蛋白、及一些早期的分解物有反應，所以不需要在採檢體時，對飲食作特別的限制。因其只針對新鮮的血色素作用，所以胃潰瘍出血經過消化道，黑色的變性血紅素會呈陰性反應，而動物新鮮的血液也會呈陰性。但若有月經、痔瘡時，檢查會呈陽性，造成偽陽性。不正確的檢體會影響免疫法結果，因為血色素在糞便中容易受酵素及細菌作用破壞，喪失原有的抗原性，造成偽陰性。所以，除非立即送檢，否則，需使用有緩衝液保存的採檢容器。

目前台北市衛生局為鼓勵台北市民受檢，自 101 年 1 月 1 日起至 5 月 31 日止，凡首次接受癌症篩檢者，即獲得刮刮樂一張，有機會得到便利商店提貨券(中獎需至台北市衛生局健康管理處領取)。免疫法糞便潛血檢查敏感度非 100%，檢查結果有偽陰性之可能。所以，建議每 2 年定期作檢查，以提高敏感度降低偽陰性之發生。

俗話說「病從口入」，不當的飲食，不僅造成體重增加，也提高罹患大腸癌風險，所以除了定期檢查，也應該在飲食上做好管控，如此一來，才能「腸保健康」啊！

◎醫師叮嚀語◎

男女大腸直腸癌在國人癌症排行都佔第三位，每年約有八千個病例，並奪走四千多人的性命，國人大腸直腸癌早期癌僅佔一成七，可見民眾對大腸直腸癌的警戒心不足，大家應多利用國民健康局免費提供的，每二年一次的糞便潛血篩檢，以期早期發現大腸直腸癌。

腸病毒的預防

台大雙和社區醫療群 林泉洋醫師

最近新聞報導指出，雙北市幼稚園及小學停課班數是去年同期的二十倍，衛生局指出今年夏天腸病毒疫情有爆發的趨勢。尤其是家中有小朋友的家長最怕的是幼稚園有人感染腸病毒，不僅是怕被感染，也怕停課之後的照護問題：要請假照顧小朋友，不然就是要託人照顧。現在又到了春夏交際腸病毒開始活躍的時候。不管家中是否有小朋友，都應該做好腸病毒的防範。

腸病毒是一群病毒的總稱，總共有六十七型，其中的腸病毒七十一型致病力最強，特別容易侵犯中樞神經。這並不是一種新產生的病毒，世界各地均有流行，通常好發在夏季、初秋，台灣地區因位在亞熱帶，所以全年都可能有感染發生。

腸病毒的傳染途徑主要經由腸胃道或呼吸道傳播，所以凡是病人的排泄物、口水、分泌物均具有傳染性。腸病毒感染的潛伏期大約二至十天，平均三至五天。傳染力始於發病的前幾天，發病後的一週內傳染力最高，感染後病毒會持續經由腸道排出時間長達六至八週。所以低年級的學童以及上幼稚園的兒童得病之後必須在家中休息一週，以免再將病毒傳給他人。

大多數感染者沒有臨床症狀或臨床症狀極為輕微，大部分過了幾天之後就會自然痊癒。腸病毒典型的表現以手足口病或咽峽炎較為常見，單純只有口腔後三分之一有潰瘍即是咽峽炎；若口腔前三分之二有潰瘍而且手掌以及腳掌有水泡，這就是手足口病。

如果有下列的症狀應立即尋求醫師的幫忙：「不尋常的嗜睡」、「肌躍型抽搐」（類似受到驚嚇的突發性全身肌肉收縮動作）、「持續嘔吐」等症狀，可能是腸病毒重症病例的先兆，必須要馬上就醫。尤其在發病五天內的幼兒（三歲以內）要小心照料，因為這段期間最容易有嚴重併發症發生。若出現持續發燒三天以上、活動力降低、煩躁不安、意識變化、昏迷、頸部僵硬、肢體僵硬、抽搐、呼吸急促、全身無力、心跳加快或心律不整等症狀時，也必須立刻就醫診治。

常有家長問說要如何預防腸病毒的感染，首先要養成勤洗手的好習慣、均衡飲食適度運動及充足睡眠以提升免疫力。生病時應儘早就醫，請假在家多休息。並且注意居家環境的清潔衛生與通風，流行期間避免去公共場所人擠人。兒童玩具(尤其是帶毛玩具)要常清洗，不放口裡咬。幼童之照顧者或接觸者應特別注意個人衛生。在家裡及在學校都可以用下面的方法來消毒環境器具以預防腸病毒：用醛類、鹵素類消毒劑(如市售含氯漂白水)，可以使腸病毒失去活性。漂白水泡製方法(使用時請穿戴防水手套並注意安全)為以市售漂白水 5%-6%計算，取 100cc(約五瓢塑膠湯匙)漂白水加入 10 公升清水(八瓶大寶特瓶)中配製成 500ppm 濃度使用。消毒重點為家中或教室地面、廚房餐桌、門把、課桌椅、樓梯扶把、窗戶、玩具及遊樂設施等。

◎醫師叮嚀語◎

1. 腸病毒經由腸胃道或呼吸道傳播，病人的排泄物、口水、分泌物均具有傳染性。發病後的一週內傳染力最高，病童應在家中休息一週。
2. 若出現持續發燒三天以上、活動力降低、煩躁不安、意識變化、昏迷、頸部僵硬、肢體僵硬、抽搐、呼吸急促、全身無力、心跳加快或心律不整等症狀時，必須立刻就醫診治。
3. 今年夏天腸病毒疫情有爆發的趨勢，請特別注意衛生。

活動預告

台大醫院健康講座

主辦單位：健康教育中心

洽詢電話：(02)23218403、23562114 (週一至週五 08:00~17:00)

地址：臺大醫院總院西址 (台北市常德街1號)

網路健康講座查詢 <http://www.ntuh.gov.tw/default.aspx> (入口處：衛教天地)

上課地點：兒醫大樓 B1 視聽講堂

日期	時間	主題	主講人
7月26日 (週四)	下午 2:00~2:50	食物紅綠燈	翁慧玲營養師
	下午 3:00~3:50	大手牽小手 健康動一動	楊宛清 物理治療師

上課地點：臺大醫院舊大樓一東第七講堂(台北市常德街1號)

日期	時間	主題	主講人
7月4日 (週三)	下午 2:00~2:50	D6PD 缺乏症 (蠶豆症)	黃愛珠諮詢員
7月25日 (週三)	下午 2:00~2:50	痛風成因與治療	李克仁醫師
	下午 3:00~3:30	熄菸與健康	郭斐然醫師

