

【認識結核病】

結核病是受結核桿菌感染而引起的，是一種慢性傳染病，不會遺傳。主要以影響肺部的一種疾病（俗稱肺癆）。結核菌也可能侵入人體其他部位而造成疾病，如腦膜、淋巴腺、骨骼、腸、生殖器、皮膚、腎臟、尿道等部位，但是以肺部最多，約佔全部百分之九十。

【傳染途徑】

結核病是一種傳染病，人受到結核菌的感染之後，經過一段時間的潛伏期發病，肺結核的傳染經由細小的飛沫傳染（例如：打噴嚏、咳嗽、談話、唱歌或大笑產生飛沫），傳染最常發生在較親密的接觸者，常發在同寢室共同居住者、親近的人，但結核病通常不會經由衣服或共用食器而傳染。若長期處於密閉式空間，則受到感染機會較大。

【症狀及病癥】

- 並非所有感染結核桿菌的人都會發病。若免疫系統正常，抑制體內結核桿菌的生長繁殖，病癥便不會出現，一旦免疫減弱，便會發病，出現病癥，早期症狀不明顯。
- 當罹患結核病時，早期症狀出現全身倦怠、缺乏食慾、體重減輕、午後發熱、夜間盜汗，而且經常咳嗽、吐痰，嚴重症狀出現咳血、發燒、胸痛、氣喘。

【哪些人容易得到結核病】

任何年齡，不分男、女、老、幼都可能得到結核病。只要身體的抵抗力降低（如營養不良、糖尿病、酗酒、長期使用類固醇、矽肺病，做過胃部切除、愛滋病、免疫機能不全的人），比較容易得到結核病。

【肺結核分類】

■依細菌檢查結果：

1. 「開放性」-痰中有結核菌，具傳染性。
2. 「非開放性」-痰中沒有結核菌，不具傳染性。

【症狀及病徵】

- 並非所有感染結核桿菌的人都會發病。若免疫系統正常，抑制體內結核桿菌的生長繁殖，病徵便不會出現。一旦免疫力減弱，便會發病，出現病徵，早期症狀不明顯。
- 早期症狀：食慾不振、體重減輕、午後潮熱等。嚴重症狀：咳嗽、痰中帶血、氣喘。

【肺結核預防與檢查】

- 嬰幼兒卡介苗接種。
- 提升免疫力-均衡飲食、適度運動、充足睡眠。

■胸部 X 光檢查--成年人每年至少做一次，輻射量最少的一種。

■驗痰--痰塗片陽性的病人傳染性最強，痰塗片陰性病人的傳染力就弱很多。

【結核患者自我照顧】

■保持室內空氣流通■營養均衡，勿過勞■寢具定期曝曬■痰不可亂吐■隨時保持居住環境的整潔■維持每日 2500CC 攝水量■適度的運動、正常的作息。

【肺結核治療】

- 口服藥物治療，至少需 6 個月，病人按醫囑服藥，不能中斷以免出現抗藥性。
- 按醫囑服藥之開放性病人，在服藥 2 天後傳染力為先前的 1/10，7 天後為 1/100，兩週後傳染性即已大幅降低，且在開始兩星期內，只要戴上口罩，也不會傳染。

【校園肺結核防治全校師生配合事項】

首重早期發現個案、早期治療，以阻斷傳染途徑；全校師生對於肺結核應有正確的認知，做好本身的防護工作。

1. 平日宜保持環境及教室良好通風、避免過度擁擠。
2. 正常作息、不熬夜、均衡飲食、均衡營養，適度運動等健康生活，提升免疫力、增強抵抗力。
3. 定期胸部 X 光檢查，力行七分篩檢法。
4. 咳嗽戴口罩，發燒不到校等衛生好習慣。
5. 若感染肺結核，請通知健康中心，以落實校園肺結核防治工作，本組會嚴守保密原則，採取相關措施，以期學校師生能在健康安全的校園環境中快樂學習。

資料來源：新北市政府衛生局、行政院衛福部疾病管制署肺結核主題專區

<http://www.health.ntpc.gov.tw/informationlist.aspx?uid=236>

<http://www.cdc.gov.tw/diseaseinfo.aspx?treeid=8D54C504E820735B&nowtreeid=DEC84A2F0C6FAC5B&tid=BAB48CF8772C3B05>

