

香港中文大學那打素護理學院： 「流金頌」培訓計劃

CTP003—慢性疾病處理及臨終關懷 非正規及家庭照顧者 培訓工作坊（四）

傳染病的防治攻略

2010年03月17日（星期三）



贊助機構
Funded by



香港賽馬會慈善信託基金
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust

重溫

- 請同學們示範佩帶及除下口罩
- 請同學們齊齊示範潔手方法
- 被沾污的衣物，物件，地方，稀釋漂白水濃度為 (1:??)
- 一般家具清潔，稀釋漂白水濃度為 (1:??)
- 什麼是「標準防護措施」
- 如何預防空氣傳播
- 如何預防接觸傳播

第三節

呼吸道感染控制

內容

- 流行性感冒
- 肺炎球菌感染
- 禽流感
- 重急性呼吸系統綜合症(沙士)
- 結核病
- 退伍軍人病症

流行性感冒

病原體

- 由病毒引致的疾病，傳染性極高
- 有三種類型：甲型、乙型及丙型，其中以甲型較為常見
- 香港最常見的甲型流感：H1N1及H3N2
- 但流感會不時變種，導致流感廣泛傳播，當局須定期重新研製流感疫苗
- 在香港，流感肆虐而病例最多的月份是**一至三月**和**七、八月**。

病徵

- 發燒
- 頭痛
- 肌肉疼痛
- 流鼻水
- 咳嗽及喉嚨痛
- 通常病情較輕微

傳播途徑

人多擠迫的密閉環境中經空氣或飛沫傳播
亦可透過直接接觸患者的分泌物而傳播。

潜伏期

通常約一至三日

治理方法

- 通常在**2至7**日內自行痊癒
- 退燒藥及咳藥水有助紓緩症狀
- 患者應注意個人□生，防止病毒散播
- 如抵抗力較弱或出現病情惡化的徵象，例如持續發燒或氣促，應盡早求診
- 抗病毒劑如特敏福能有效對付甲型流感，但**必須**經由醫生處方

預防方法

1. 維持良好個人及環境衛生。
2. 保持雙手清潔，並**用正確方法**洗手。
3. 雙手被呼吸系統分泌物弄污後(如打噴嚏後)應立即洗手。
4. 掩口鼻打噴嚏或咳嗽
5. 妥善清理口鼻排出的分泌物

6. 增強抵抗力

- 均衡飲食
- 適量運動
- 充足休息
- 避免過度緊張和避免吸煙。

7. 在流感高口期，最好避免前往人多擠迫、空氣流通情況欠佳的公眾地方。

8. 注射流感疫苗

肺炎球菌感染

肺炎球菌感染

病原體

- 肺炎鏈球菌（肺炎球菌）引致的疾病
- 目前此細菌有超過 **90** 種不同的血清類型

- 一般引起:
- 竇炎
- 中耳炎肺炎
- 腦膜炎
- 敗血病

亦可引致致命的疾病

- 侵入性肺炎球菌疾病是指該菌感染了本應為無菌的身體部位，如血液、腦脊
- 整體死亡率可由肺炎球菌血症的**20%**至肺炎球菌腦膜炎的**30%**不等
- 其中以長者的死亡率尤高
- 較常見於幼童及長者
- 在**2000** 至**2004** 年，本地兩歲以下及六十五歲以上人士的發病率各為每**100,000** 人中有**7.7** 人

傳播途徑

- 肺炎球菌常見於健康人士的鼻及咽喉，尤以兒童較為普遍
- 主要由患者咳嗽及打噴嚏，或與患者近距離接觸傳播
- 接觸被鼻水或痰涎污染的物件亦可染病

潛伏期

- 不明確，但可以短至一至三天

高風險人士

- 長者
- 幼童
- 免疫力受損的人士，如癌病患者、愛滋病患者等
- 長期病患者植入了人工耳蝸的人士

治理方法

- 抗生素如青黴素

2009/10年度流感季節防疫注射

- 2009年10月19日至2010年3月31日
- 年滿65歲的**長者**在2009/10年度政府防疫注射計劃下可接種
 - 季節性流感疫苗
 - 肺炎球菌疫苗

什麼人仕不適合接受流感疫苗注射？

- 對蛋類有過敏反應
- 有感冒病徵及發燒
- 曾接受流感防疫注射後出現嚴重不良反應
- 有吉巴氏綜合症(Guillain-Barre Syndrome)紀錄
- 曾對抗生素如新霉素(Neomycin)、慶大黴素(Gentamycin)有過敏反應

為什麼需要每年接受一次防疫注射？

- 流感病毒每年會有所改變(變種)。
- 患感冒痊癒後所產生的免疫力並不能有效地對抗新品種的流感病毒。
- 預防流感疫苗每年更新會將在該年流行的流感病毒包括在疫苗內。
- 接受流感疫苗注射後，其免疫功能會隨時間減低，只能維持約一年。

什麼時間接受流感疫苗注射最適當？

- 最佳時候：每年的十月至十二月間（因流感高峰期是在一月及三月出現的）

為什麼接受流感疫苗注射後， 仍會患上流感？

預防流感疫苗的保護能力取決於：

1. 年齡及健康狀況
2. 流感病毒的種類與流感疫苗病毒種類是否配合

疫苗在體內需要多久才能產生抗體對抗流感?

- 疫苗會在注射後**兩週內**產生效力，所以建議應於**流感季節開始前**接受防疫注射。

接受流感疫苗有沒有副作用？

輕微副作用

- 注射處可能出現輕微腫痛
- 可能會出現發燒、肌肉及關節疼痛、身體疲倦等
- 通常會在注射後六至十二小時出現
- 但持續一至兩天後會自然消失

接受流感疫苗注射會否出現嚴重問題?

- 萬一發生的話，可以在注射後數分鐘至數小時內出現，通常出現於對蛋有嚴重過敏反應的人士
- 徵狀包括呼吸困難、聲沙或氣喘、口舌腫脹、風疹、面色蒼白、虛弱、心跳快速及暈眩
- 吉巴氏綜合症(Guillain-Barre Syndrome)-出現發燒及肌肉無力症狀
 - 機會率：每一百萬接受疫苗注射的人中，可引致一至兩人患吉巴氏綜合症。

吉巴氏綜合症

- 罕見的腦神經失調
- 出現發燒、癱瘓及肌肉無力症狀
- 甚至呼吸困難
- 大部份會完全康復，但亦會持續乏力
- 香港每年有40-60多宗

人類豬型流感疫苗接種計劃

- 五類目標組別人士
 - 醫護人員
 - 長期病患者和孕婦
 - 6個月至未滿6歲的兒童
 - 65歲或以上的長者
 - 從事養豬或屠宰豬隻行業的人士
- 可到公營診所安排免費接種疫苗
- 或到已登記參與人類豬型流感疫苗資助計劃的私家醫生診所接受資助接種疫苗

長期病患者

- 長期心血管疾病
- 肺病
- 體重指標 **BMI \geq 30**
- 新陳代謝或腎病
- 免疫力低
- 長期精神系統疾病影响呼吸
- 欠缺自我照顧能力
- 長期服用亞士匹靈 (六個月至十八歲)

曾接種人類豬型流感疫苗人士的 不良情況報告

http://www.chp.gov.hk/files/pdf/aefi_report_for_chp_web.pdf

流感





怎樣分辨
流行性感冒
與
傷風？

怎樣分辨流行性感冒與傷風？

病徵	傷風	流行性感冒
發燒	很少	通常高燒(102-104°F)會持續3-4天
頭痛	很少	通常，可以很嚴重
肌肉疼痛	有時，輕微	通常，經常很嚴重
疲倦乏力	有時，輕微	通常，嚴重，可持續2-3星期或以上
鼻塞	通常	通常
流鼻水	通常	有時
喉痛	通常	通常
咳嗽	有時，輕微	可以很嚴重
併發症	不常有	肺炎、呼吸衰竭，可危害生命

流感大流行

回顧

- 自十六世紀有文獻記載流感大流行以來，每一世紀平均出現了三次爆發，每次相隔十到五十年不等。
- 甲型流感病毒在上一世紀經歷了三次重大基因變異，造成全球大流行，並引致重大傷亡。

什麼原因導致流感大流行？

- 在流感病毒表面的抗原，偶然會出現抗原轉移（重大改變），產生可引致大流行的病毒品種。
- 人類對這種病毒的抵抗力有限，甚至根本沒有抵抗力
- 缺乏這種抵抗力，會令新病毒比「普通流感」傳播得更快速及廣泛。

怎樣預防流感大流行?

預防流感大流行

- 增強身體抵抗力
- 接種流感疫苗
- 養成健康口生習慣

政府流感大流行應變計劃的架構

- 三級應變系統
 - 戒備應變級別
 - 嚴重應變級別
 - 緊急應變級別

系統因應香港的流行病學情況按風險分級

戒備應變級別

- 香港境外證實在家禽中爆發高致病性禽流感
- 香港境內證實在檢疫中的入口禽鳥、野生禽鳥、休憩公園、寵物店或自然環境中出現高致病性禽流感個案

嚴重應變級別

- 兩個情況
 - 香港境內證實家禽所處環境或在零售市場、批發市場或農場的家禽中爆發由已知會對人類健康造成影響的病毒所引致的高致病性禽流感
 - 香港境內證實出現人類感染禽流感的個案，但無證據顯示病毒容易在人與人之間傳播

緊急應變級別

- 兩個情況
 - 證據確定外地或本港出現容易在人與人之間傳播的新型流感
 - 流感大流行
 - 世衛宣告流感大流行。這表示流感病毒現正開始在最少一個國家引致數次爆發事故

流感大流行的應變準備工作

根據世衛的建議，流感大流行的應變準備工作應包括以下主要範疇：

- 監測
- 調查及控制措施
- 化驗支援
- 感染控制措施
- 提供基本醫療服務
- 抗病毒藥物的儲備
- 防疫注射
- 港口衛生措施
- 信息傳遞

禽流感

雀鳥中出現的禽流感

- 禽流感通常由甲型H5N1及H9N2流感病毒引起
- 禽流感病毒一般只影響鳥類，但豬隻及貓科動物（貓、虎等）也偶然會受感染
- 所有鳥類均有可能受禽流感病毒感染，而家禽則特別容易染病，並會迅速發展為流行病。

人類中出現的禽流感

- 人類與染病活禽鳥近距離接觸，有可能感染某些種類的禽流感病毒
- 到目前為止，禽流感病毒在人類之間的傳播能力十分低
- 市民若沒有接觸受感染的活家禽或雀鳥及其糞便，就無須過份擔心會患上禽流感

預防禽流感

- 盡量避免接觸活鳥和家禽及其糞便，糞便中可能帶有禽流感病毒
- 如曾接觸活鳥或家禽或處理其糞便後，要立刻用□液和清水洗手
- 家禽肉類和蛋類要徹底煮熟方可進食

- 旅客前往出現禽流感感染個案的地區後若有流感徵狀，應立即找醫生診治，**告知醫生近期到過的國家，並要戴上口罩**，以防傳染他人。

流感大流行



嚴重急性呼吸系統綜合症
**Severe Acute Respiratory Syndrome
(SARS)**

嚴重急性呼吸系統綜合症

自二〇〇三年六月二十三日起, 世界衛生組織將香港從疫區名單剔除。

二〇〇三年嚴重急性呼吸系統綜合症情況
(截至二〇〇四年一月十九日)

性質	累積個案	康復出院病人總數	死亡人數		現時留院人數
			死於 SARS	死於其他原因	
醫院/診所醫護人員及醫科學生	386	379 (+ 1)			
病人、病者家人及探訪者	1369	1072	299 (+ 0)	5 (+ 0)	
總數	1755 (+ 0)	1451 (+ 1)			

病原體

「沙士」即嚴重急性呼吸系統綜合症，是由一種冠狀病毒 (**SARS-CoV**) 引起的呼吸道傳染病。

潛伏期

「沙士」的症狀普遍在染病後兩日至七日內出現，但潛伏期可長達大約十日。

病徵

「沙士」的早期症狀與流行性感冒相似

- 發燒（體溫通常在攝氏 38 度或以上）
- 發冷、顫抖、頭痛、疲倦或肌肉痛，有時會出現肚瀉
- 病發初期，有些患者只有輕微的呼吸道感染症狀，但數日後可能會有乾咳、呼吸困難等下呼吸道感染的症狀
- 約 10% 病者的病情可能會迅速惡化至呼吸衰竭，並須接受深切治療。長者的症狀或會有較大的變化

傳播途徑

- 「沙士」主要透過人與人的近距離接觸傳播，尤其是通過患者咳嗽或打噴嚏時噴出的呼吸道飛沫
- 當患者的飛沫附在周邊人士的口、鼻或眼睛黏膜上時，就有機會傳播「沙士」

治理方法

現時並無疫苗預防「沙士」。要減低感染及傳播「沙士」的風險，最有效的方法是建立良好的□生習慣。

預防方法

- 保持良好個人衛生
- 正確洗手方法
- 如沒有洗手設備，可用含 70-80% 酒精的消毒劑消毒雙手
- 經常帶備手帕或紙巾，打噴嚏或咳嗽時用其掩住口鼻，其後立即用肥皂液洗手
- 有呼吸道感染症狀或發燒的人士應戴上口罩，並及早求醫

- 用膳時要使用公筷和公匙，不要與人共享同一飯盒或飲料
- 保持良好環境□生
- 確保室內空氣流通
- 保持廁所清潔
- 保持廁所、排水口及喉管正常運作

- 切勿隨地吐痰或亂拋垃圾
- 確保樓梯、升降機、大堂、垃圾站、樓宇簷蓬、抽氣扇等公共設施定期清潔、消毒及維修保養
- 防治蟲鼠
 - 妥善存放食物
 - 適當地處理垃圾，若有蟲鼠滋生的跡象，須安排消滅蟲鼠的工作



中醫怎樣處理SARS

<http://www.hku.hk:8080/ramgen/Archive/public/lecture/uhealth/cvp-chinese-medicine.rm>

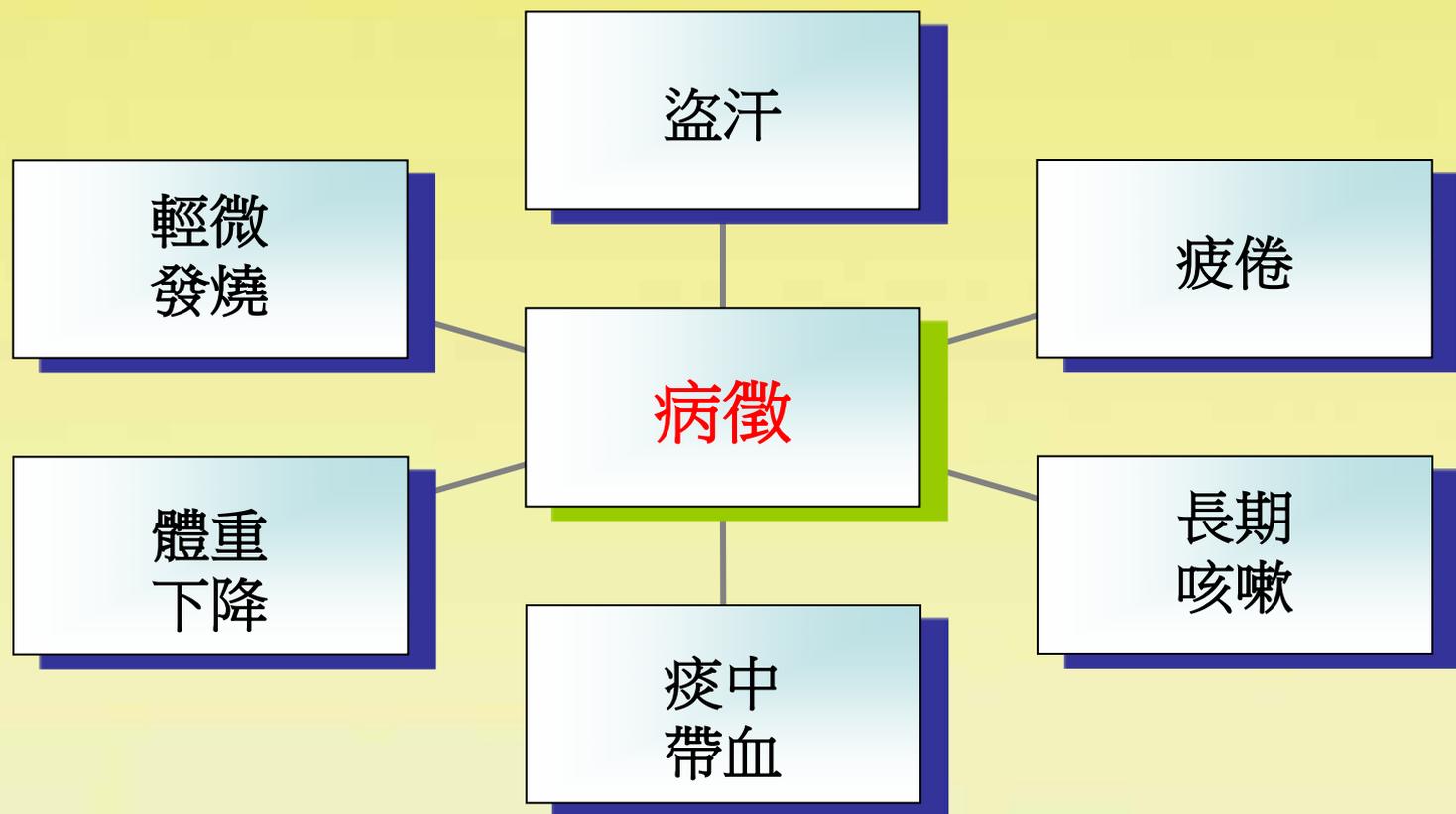
結核病Tuberculosis (TB)

- 根據世界衛生組織 (WHO) 的研究，結核病已成為全球性危機：
 - 1995 年全球共有 310 萬人因結核病死亡，即每十秒便有一人死於結核病，致令結核桿菌成為 **世上第一大傳染病原**
 - 估計到 2015 年（20 年後），全球會有十億人感染肺結核，其中二億人會因此發病，當中七千萬人更會因結核病及其併發症死亡（即每秒鐘有二人死於結核病）

病原體

- 結核病由一種名為結核桿菌的細菌所引起，通常影響肺部(肺結核)
- 身體其他部份，例如淋巴結、腎、骨、關節等亦可能受影響(肺外的結核病)。

部分病人並無明顯病徵



傳播途徑

- 空氣傳播
- 肺結核病人咳嗽或打噴嚏時將細菌散播到空氣中，抵抗力稍差的人吸入後便會染病
- 有效的抗生素療程一般可將傳染期縮短至數週以內。

潛伏期

- 病人受感染後最早會在數週後出現病徵
- 亦可能在多年後才發病
- 而病人在受感染後首兩年內出現病徵的機會最大。

治理方法

- 應盡快求診
- 治療時間長短因應肺結核的種類及嚴重程度而定，一般需時六個月
- 為了根除病菌，病人應完成整個療程

治療肺結核的藥物反應

- 嘔吐、嘔心
- 胃部不適，食慾不振
- 頭暈、耳鳴、視力模糊
- 皮膚痕癢、出疹（敏感反應）
- 肝炎及肝功能減弱
- 眼淚、痰液和尿液呈橙紅色

現時香港共有五所肺科醫院

- 葛量洪醫院
- 律敦治醫院
- 靈實醫院
- 九龍醫院
- 黃大仙醫院

- 十一所全日開放的胸肺科診療所
- 五所部分時間開放的診所

免費為結核病人提供門診醫療的服務，
如診症、痰涎檢查、X光檢查、全監督治療（病人需定時到診療所取藥，
並立即在專科護士面前服用）

預防：

- 要有效地預防及控制結核病在本港蔓延，必須從三方面著手：

一：切斷傳染途徑

- 結核病患者注意個人衛生
- 咳嗽及打噴嚏時，用手帕掩鼻
- 不隨地吐痰
- 並要定時定量服藥以減低傳染性及耐藥惡菌的衍生

二：控制傳染原，做到早期發現、早期隔離和早期治療

- 病患者的家屬、同學或同事接受檢查，若發現已受感染及有病發徵兆便及早接受治療，更避免病菌進一步散播
- 政府對所有新來港定居者進行肺部X光檢查，防止結核菌由外地傳入
- 醫學界早日發明新的抗結核藥物以對付耐藥菌

三：防止接觸結核菌後發病

- 接種卡介苗 (BCG Vaccination)
- 足夠休息
- 適量運動
- 均衡飲食
- 新鮮空氣
- 增強體魄
- 受感染者接受藥物預防病發



公民健康教育
也是重要的一環

退伍軍人症 (Legionnaires' Disease)

2008年4月17日 傳染病 中西區男子染退伍軍人症

□生防護中心今天（4月17日）證實今年首宗退伍軍人症個案，患者是名49歲男子

患者居於中西區

4月12日出現咳嗽、氣促及發燒的徵狀

4月15日入住瑪麗醫院，情況穩定

他在疾病潛伏期並無離港，其家人並沒有出現退伍軍人症的病徵

(星島) 7月18日 星期五 15:09

57歲男子患上退伍軍人症情況危殆

今日證實一宗個案

患者為一名57歲男子，居於葵青區

在7月12日出現發燒、咳嗽及呼吸困難的徵狀

並在7月17日入住，現時情況危殆

他於疾病潛伏期沒有離港，其家居接觸者並沒有出現退伍軍人症的病徵

這個個案是今年至今第十宗退伍軍人症。近年退伍軍人症的數字為2007年11宗、2006年16宗及2005年11宗

退伍軍人病症是由一種桿菌名為退伍軍人病菌引起的急性肺炎疾病，其中以嗜肺性退伍軍人病菌為最常見病原

此病菌於一九七六年在美國費城召開的退伍軍人大會時首次發現，並導致肺炎爆發而得名

本港自一九九四年三月起將退伍軍人病症列為法定須呈報疾病

傳播途徑

- 退伍軍人病菌在環境中自然存在，於多種不同生態中的水生環境生長
 - 如冷熱水缸
 - 冷卻水塔
 - 按摩池
 - 噴水池
 - 呼吸道醫療器材等
- 退伍軍人病菌於攝氏五至五十度生存，而在溫水（攝氏二十五至四十度）最為活躍，亦是引致退伍軍人病症的主要根源

- 退伍軍人病症可經由吸入人工製水系統釋出的受污染之水點及霧氣而染病
- 處理花園土壤、堆肥及培養土的人士亦有患上此症的風險
- 現時並無證據顯示這種疾病可經由人與人之間的接觸或透過飲食而傳播。

高危一族

- 男士的受感染機會比女士高三倍
- 長者
- 吸煙人士
- 酗酒人士
- 免疫系統受抑制的人士，尤其是正接受類固醇或免疫抑制藥物的病人

- 糖尿病患者
- 慢性肺病患者
- 腎病患者
- 惡性腫瘤病患者
- 最近接受過手術的病人，特別是頭及頸部的手術

增加接觸到水中的退伍軍人病菌的機會

- 通宵的旅程
- 因供水系統中斷而使自來水呈現啡色
- 居所的供水設施為舊式系統或使用電熱水器
- 使用可能受污染的按摩池或溫泉
- 居住環境附近設有有可能受污染的冷卻水塔或噴水池

潛伏期

潛伏期為二至十日

病徵

主要引致肺炎病徵包括發燒（攝氏**39**至**40.5**度）

無痰的咳嗽

呼吸困難

疲倦

頭痛

肌肉疼痛

腹痛及腹瀉

亦可影響精神狀態（如精神錯亂）及導致呼吸衰竭

治理方法

- 抗生素
- 死亡率因應
 - 患者本身的健康狀況
 - 能否及時接受治療
 - 規模爆發的個案而斷定
- 可低於**1%**，或高達**80%**
- 偶發性退伍軍人病症的平均死亡率約**10%**至**15%**

預防措施

- 妥善保養家用式濾水器，定期更換濾芯，以免滋生細菌
- 定期清洗大口水缸
- 安全及清潔使用家居呼吸道醫療器材
- 使用正確設計、操作及維修的供水系統
- 不吸煙、不酗酒，保持身體健康

- 處理花園土壤、堆肥及培養土的人士須：
 - 使用低水壓灌溉花園及堆肥
 - 慢慢打開培養土的包裝袋，確保開口遠離自己的面孔
 - 為盆栽移盆時將泥土弄濕，以免塵土飛揚
 - 避免在密封的溫室等通風較差的地方工作
 - 工作後要徹底洗淨雙手

參考資料

Severe Acute Respiratory Syndrome

Online available:

http://www.hku.hk/cgi-bin/sars/message_press.pl

今日健康網頁

<http://www.healthno1.com/articles/special/infection/02tuberculosis.html>

香港防護中心

<http://www.chp.gov.hk/cindex.asp?lang=tc>

完