

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

2010年6月18日（星期五）



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

課題：常見長者呼吸系統疾病的護理

重溫第一課

第二課 - 內容

- 呼吸道感染疾病
 - 流行性感冒
 - 肺炎

流行性感冒

流行性感冒（流感）

- 急性呼吸道疾病
- 是由不同類型**流感病毒**引致的疾病
- **傳染性極高**
- **流感高峰期**一般於一至三月和七、八月較為流行
- 已知的流感病毒有**三種類型**：甲型、乙型及丙型

流感病毒

- 甲型較為常見
- 甲型及乙型會廣泛傳播，因此備受關注
- 甲型及乙型流感不時會出現演變（基因改變）而衍生**新病毒**
 - 例如：人類禽流感、人類豬流感
- 新舊流感品種之間出現愈多差異，人類對這種新病毒的免疫力就愈低，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**

感染途徑

- 飛沫傳播
- 直接接觸患者的分泌物

傳染期

- 受感染病者可於病徵出現前之一天至出現病徵後七天或以上的時間感染他人
- 這代表病者可在不知情的情況下傳染他人

潛伏期

- 通常約為一至三日

飛沫傳染

- 打噴嚏
- 接觸到具有傳染力的分泌物(口鼻腔黏膜分泌物)
- 通常在一段距離後(一般是**3**英尺或**1**公尺)即不具感染力

病徵

- 三大主要病徵：
 - 發燒、喉嚨痛和咳嗽
- 可能出現：
 - 頭痛、肌肉疼痛、流鼻水及其他病徵如疲倦、腹瀉及嘔吐

流感大流行

- 新品種流感病毒
- 此品種可感染人類，並引起嚴重病況
- 新品種可在人與人之間有效地傳播

年份	品種	名稱
1918 - 1919	甲型流感 (H1N1)	西班牙型流感
1957 - 1958	甲型流感 (H2N2)	亞洲型流感
1968 - 1969	甲型流感 (H3N2)	香港型流感

- 世界衛生組織已正式宣布全球進入由豬流感引發的「流感大流行」
- 在本港，政府「流感大流行應變計劃」下的緊急應變級別已在**2009年5月1日**啟動

豬型流感（豬流感）

北美甲型流感H1N1

- 新型H1N1流感
- 這種新病毒內的遺傳因子和在北美經常發現在豬隻的流感病毒非常相似
- 是一種由甲型流感引起的豬隻呼吸道疾病，豬流感通常只會在豬隻群中互相傳播，但亦會偶爾感染人類
- 但最近在國際間的豬流感爆發已出現了人與人之間的傳播

- 人類豬型流感病毒則是一種含有豬流感、禽流感和人流感三種流感病毒基因片斷的新品種
- 由於此病毒是一種新型病毒，人類尚未對病毒產生抵抗力
- 豬型流感病毒可有環境中存活
- 可以在桌子或椅子的表面存活兩小時或更長時間

- 體態細長的甲型H1N1流感病毒
- 更容易附著在人體的鼻粘膜等組織上，從而侵入人體。另外也更容易發生變異。它的高傳染性和變異潛力

感染途徑

- 人類豬型流感可在人與人之間傳播，傳染途徑與季節性流感相同：
 - 主要是通過咳嗽或打噴嚏
 - 人類亦會在接觸帶有流感病毒的物件後，再觸摸口鼻而受感染
- 目前沒有證據顯示人們通過食用經加工的豬肉或其他豬源食品感染了流感病毒
- 若曾接觸人類豬型流感病人，會相對提高感染該病的可能性

徵狀

- H1N1流感的症狀包括：
發燒、咳嗽、喉嚨痛、流鼻水、鼻塞、肌肉酸痛、頭痛、畏寒和極端疲倦
- 一些人還有肚瀉和嘔吐
- 還會引起嚴重疾病，例如：肺炎；甚至死亡

- 自二零零九年五月一日，衛生防護中心共錄得**282**宗人類豬型流感的嚴重個案，當中涉及**171**名男性及**111**名女性，中位數：**51.5**歲
- 自二零零九年五月一日，衛生防護中心共錄得**80**宗人類豬型流感的死亡個案，當中涉及**56**名男性及**24**名女性，中位數：**56**歲

治療方法

- 患者一般會在二至七天內自行痊癒
- 充足休息和多飲水
- 支援性治療可紓緩徵狀(退燒藥及咳藥水)
- 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，能減輕病情，但必須在發病初期，經由醫生處方才可服用
- 除非患者已出現細菌性感染併發症，否則無需服用抗生素
- 然而，免疫力較低的人士或長者一旦染上流感，可能會出現支氣管炎或肺炎等併發症，甚至死亡

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

肺炎

吸入性肺炎

- 吞嚥困難，例如：中風、帕金森症和晚期痴呆症
- 患有食道疾病，例如：食道癌
- 反吐食物
- 口部餵食不當，部份食物誤吞入氣道
- 半昏迷或半清醒狀態
- 鼻胃管移位

肺炎球菌感染

- 受肺炎球菌細菌感染
- 可引致死亡
- 是本港引致死亡的頭號殺手
- 長者死於肺炎的機會率達五倍
- 應立即接受治療

診斷

- X-光
- 痰液進行微生物的培養

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

傳播途徑

- 肺炎球菌常見於健康人士的鼻及咽喉
- 主要由患者咳嗽及打噴嚏
- 與患者近距離接觸傳播
- 接觸鼻水或痰涎污染的物件

潛伏期

- 不明確，但可以短至一至三天

病徵

- 發高燒 (39.5 °C或103 °F)
- 頭痛、骨痛
- 全身不適
- 胃口不佳
- 咳嗽(± 有痰)
- 氣喘
- 度發汗及發黏的(濕冷的)皮膚
- 面色蒼白
- 後期可能出現昏亂

可引致致命的疾病

- 鼻竇炎
- 中耳炎肺炎
- 腦膜炎
- 敗血病
- 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
- 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

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

- 若不立刻接受治理，可致命
- 抗生素如青黴素
- 抗藥性肺炎球菌的出現已日漸受到全球關注

護理須知

1. 多飲水
2. 少食多餐、進食有營養和易消化的食物
3. 充足的睡眠及休息
4. 保持室內空氣流通
5. 處理氣促
6. 觀察有否出現昏亂徵狀
7. 按醫生處方服用所有

8.早晚量度體溫、呼吸和脈膊

肛探	華氏100.4度	攝氏38 度
口探或耳探	華氏99.5度	攝氏37.5度
腋探	華氏98.6度	攝氏37.0度

9. 日常個人護理和衛生

- 慎防交叉感染
- 應用袋盛載痰涎、痰涎沾污的紙巾和物品，再封好
- 保持個人衛生
- 帶上口罩

勤洗手

- 在接觸眼、口及鼻前
- 當病手被呼吸道分泌物染污時，如打噴嚏或咳嗽後
- 觸摸過公共物件，例如電梯扶手、升降機按鈕或門柄後
- 處理食物及進食前
- 如廁後

正確洗手步驟

- 開水喉洗濯雙手
- 加入□液，用手擦出泡沫
- 用最少**20**秒時間洗擦手指，指甲四周，手掌和手背，洗擦時無須沖水
- 洗擦後才用清水將雙手徹底沖洗乾淨。
- 用乾淨毛巾或抹手紙徹底抹乾雙手，或用乾手機將雙手吹乾
- 雙手洗乾淨後，可以先用抹手紙包裹著水龍頭，才關上水源，不要再直接觸摸水龍頭

注意

- 在沒有洗手設備的情況下，可用含**65-95%**酒精的洗手消毒劑消毒雙手
- 把足夠份量的酒精搓手液倒於掌心，然後揉擦手掌、手背、指隙、指背、拇指、指尖及手腕，各處至少**20** 秒直至雙手乾透。請參照下圖用酒精搓手液潔手的技巧

正確使用口罩

- 預防呼吸道感染傳播的方法之一
- 凡呼吸道受感染的病者、須要照顧呼吸道受感染病者的人士及進入醫院或診所的人士，都應佩戴口罩
- 一般供外科手術使用的口罩，只要佩戴得宜，都有助預防飛沫傳播

佩戴外科口罩要注意的事項

- 佩戴口罩前，以及脫下口罩前後都必須洗手
- 佩戴口罩後，避免觸摸口罩，以防減低保護作用
- 若必須觸摸口罩，在觸摸前、後都要徹底洗手
- 脫下口罩時，應盡量避免觸摸口罩向外部分，因為這部份可能已沾染病菌
- 脫下口罩後，放入膠袋或紙袋內包好，再放入有蓋的垃圾桶內棄置
- 外科口罩應最少每天更換
- 口罩如有破損或弄污，應立即更換

