

認識肺結核

壹、什麼是肺結核

當肺部感染“結核桿菌”時，所產生的疾病叫肺結核，俗稱「肺癆」。肺結核又分為開放性與非開放性，開放性指痰液中可檢驗出結核菌具有傳染性。

貳、肺結核如何傳染

肺結核藉由近距離或密閉空間透過開放性肺結核病人咳嗽、打噴嚏或高聲談話時自口鼻噴出的飛沫，為最主要的傳染途徑。

參、肺結核的症狀

早期症狀不明顯、常見咳嗽（大約2週以上）、午後發燒，食慾不振、倦怠、咳血、胸痛、呼吸困難、夜間盜汗、體重減輕……等，有些人是體檢才被發現、更多人初期被當作一般感冒來治療。

肆、肺結核如何診斷

- 一、胸部 X 光、痰液抹片及培養。
- 二、痰液檢查：是連續 3 日收集早晨醒來的第一口痰，咳痰前請先以『清水』漱口（不要用市售漱口水），避免因食物或藥物殘留在口腔內而影響檢驗結果。所取的痰，一定是要由肺部深處咳出的痰，而不是唾液（口水）或喉頭、鼻腔處的分泌物。

伍、什麼人容易感染肺結核

- 一、免疫功能低下、營養不良、糖尿病控制不佳、長期服用類固醇或免疫抑制劑、長期酗酒、愛滋病……等。
- 二、過去 2 年感染結核菌的人。

陸、肺結核用藥注意事項

- 一、肺結核是屬於法定傳染疾病，同時在多種有效的抗結核藥物治療之下，按規定服藥 2 週內即可降低傳染力，持續服藥至少 6~9 個月以上，經醫師判定已痊癒才可停藥。
- 二、服藥時可能使尿液、糞便、眼淚……等體液變成橘紅色，此為正常反應。

- 三、服藥期間如有全身倦怠、胃口欠佳、出現黃疸、皮膚紅疹、關節疼痛或視力模糊 等現象，應立即回診。
- 四、服藥期間若出現視力異常，需立即返診告知醫師，由醫師安排後續檢查。
- 五、服藥期間應依照醫師指示追蹤胸部 X 光，必要時亦需抽血檢查追蹤。
- 六、抗結核藥物可能影響口服避孕藥的避孕效果，所以建議需避孕之婦女改用其他方式避孕。
- 七、懷孕婦女罹患肺結核仍需治療，但應告知醫師以避免使用會影響胎兒的藥物。
- 八、絕對不可未經醫師指示自行停藥或減量，不規則的服藥容易產生抗藥性，不但無法治療肺結核，亦會傳染給別人。

柒、日常生活注意事項

- 一、咳嗽、打噴嚏時應用衛生紙或手帕掩蓋口鼻，無衛生紙或手帕也可用衣袖遮掩，痰液用衛生紙包好後再丟入有蓋垃圾桶或馬桶。
- 二、保持室內空氣流通，窗戶不要緊閉，可減少傳染機率。
- 三、保持規律生活，充足睡眠，經醫師確認病情控制穩定後，仍可正常上班工作，但避免過度勞累。
- 四、注意均衡飲食，用餐時原則上不需要與家人分開進食，食具可以分開，並遵循「公筷母匙」原則。
- 五、出入公共場所請戴口罩；口罩的正確戴法是將親膚層（通常是白色）朝內，防潮層（通常有顏色）朝外，不管是健康的人或是生病的人口罩戴法都相同，依照包裝指示正確配戴口罩，才能發揮效果。
- 六、治療期間應避免長時間搭乘大眾交通工具；若有計畫長途飛行，須與醫師討論是否適合。
- 七、目前政府推動肺結核都治計畫，衛生所人員會與您約定時間、地點，給予藥物並親自看您服下每一顆藥物，同時會關懷追蹤服藥情形，期望能協助您有效降低抗藥性的產生，並重拾健康。

