



## 肺結核



肺結核是受結核菌侵襲肺部，該病主要是透過開放性結核病人飛沫傳染，因此居住空間應保持空氣流通、陽光充足以降低空氣中結核菌密度，減少傳染的機會，被感染後發病與否和個人免疫抵抗力有關，故平時應生活規律飲食均衡、適度運動以增強抵抗力防治結核病。當罹患肺結核時，可能出現全身倦怠、缺乏食慾、體重下降、發燒，而且經常咳嗽、吐痰，嚴重時出現咳血和胸痛等症狀。但有許多患者在初期並無明顯症狀，容易為人忽略而延誤治療時機，加速病菌的散播；因此，若出現找不出原因的上述症狀時，應儘速找胸腔專科醫師進一步診治。

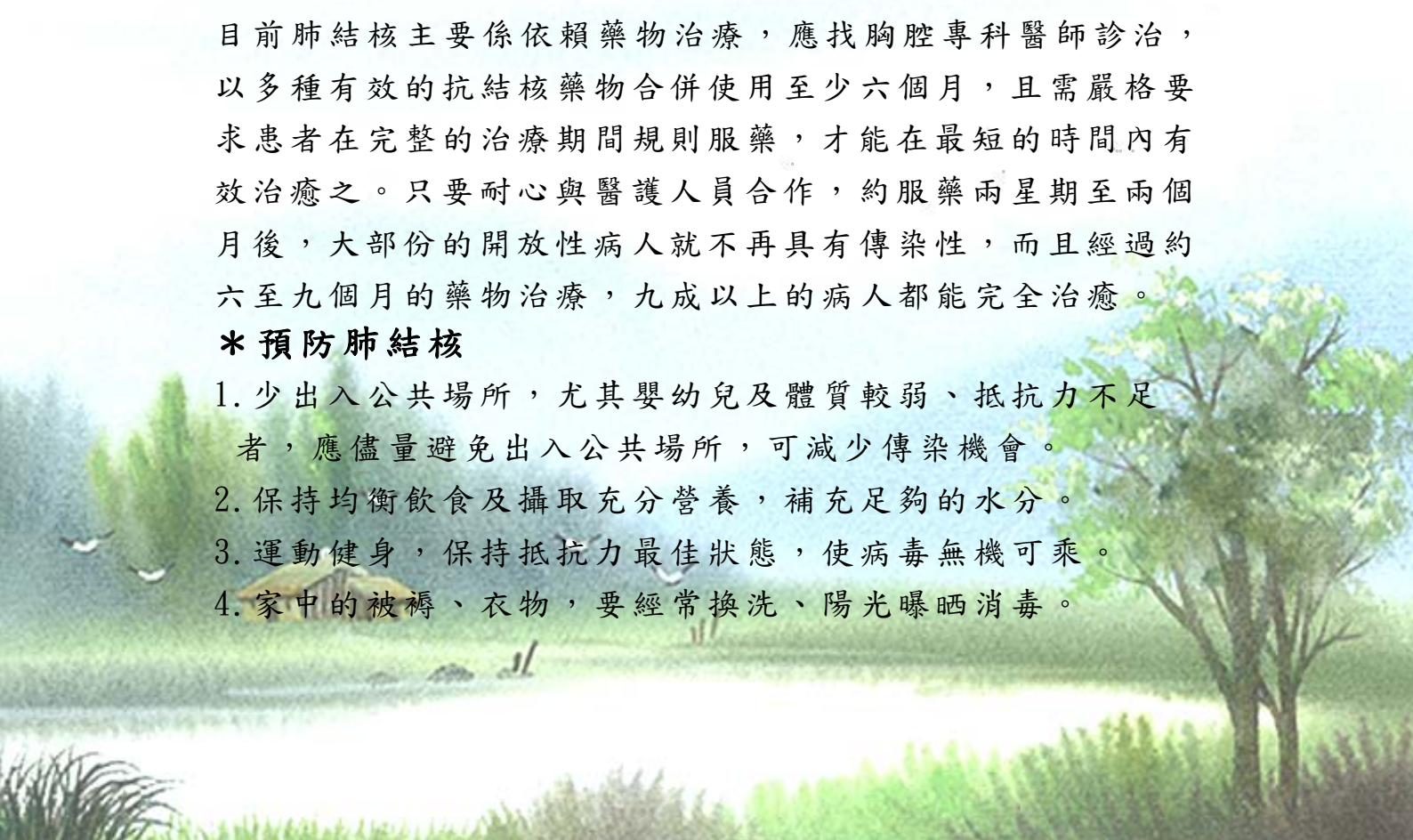
### **\* 診斷肺結核**

胸部X光及痰液檢查是診斷肺結核病的有效方法，痰液抹片及痰液細菌培養可用以判斷是否為開放性或非開放性肺結核。

### **\* 肺結核的治療**

目前肺結核主要係依賴藥物治療，應找胸腔專科醫師診治，以多種有效的抗結核藥物合併使用至少六個月，且需嚴格要求患者在完整的治療期間規則服藥，才能在最短的時間內有效治癒之。只要耐心與醫護人員合作，約服藥兩星期至兩個月後，大部份的開放性病人就不再具有傳染性，而且經過約六至九個月的藥物治療，九成以上的病人都能完全治癒。

### **\* 預防肺結核**

1. 少出入公共場所，尤其嬰幼兒及體質較弱、抵抗力不足者，應儘量避免出入公共場所，可減少傳染機會。
  2. 保持均衡飲食及攝取充分營養，補充足夠的水分。
  3. 運動健身，保持抵抗力最佳狀態，使病毒無機可乘。
  4. 家中的被褥、衣物，要經常換洗、陽光曝曬消毒。
- 

## 肺結核



5. 凡年滿 20 歲以上者，每年最好定期作一次胸部 X 光檢查，才能有效發現早期結核病變。
6. 若是肺結核病人，應依照醫師囑咐規則服藥，吐痰時應吐於衛生紙，包好後丟入沖水馬桶沖掉。平常咳嗽、打噴嚏時，並應將口鼻蓋住，以預防病菌經由飛沫傳染給別人。

### \* 校園肺結核防治

1. 校園如有教職員工生確定感染結核病，依醫師指示接受治療，落實「生病不上課、不上班」原則，落實個案追蹤管理機制，配合衛生單位執行接觸者檢查作業。
2. 肺結核病人只要規則服藥兩個星期後，就不具傳染力。校園內同學是親友、鄰居得了結核病，不要怕他，不要躲他，要鼓勵他，支持他，陪伴他，遵從醫囑服藥。
3. 利用「肺結核七分篩檢法」自我檢測，如果有下列症狀達 5 分以上，建議可到鄰近醫療院所胸腔科就診檢查。

| 症狀                               | 是   | 否   | 計分      |
|----------------------------------|-----|-----|---------|
| 咳嗽超過兩週                           | 2 分 | 0 分 |         |
| 有痰                               | 2 分 | 0 分 |         |
| 過去三個月體重減輕                        | 1 分 | 0 分 |         |
| 最近食慾不振                           | 1 分 | 0 分 |         |
| 胸痛、肋間痛                           | 1 分 | 0 分 |         |
| * 若合計 $\geq 5$ 分，則戴上外科口罩，並儘速就醫診療 |     |     | 總分： / 7 |