

【認識肺結核】

何謂肺結核：

是一種叫結核桿菌所引起的疾病。結核菌可進入人體的任何部位，除肺部以外，腦膜、淋巴腺、骨骼、腸、生殖器等都會，不過以侵害肺部最多。結核病是一種可以預防也可以治癒的疾病，只要早期診斷，並在尚未擴散或出現合併症前，接受6個月以上正確有效的藥物治療就能痊癒。規則服藥兩週或痰檢驗呈陰性以後，就可以如正常人一般作息了。

傳播方式：

肺結核最易傳染的途徑是經由吸入開放性肺結核病人咳嗽、噴嚏、吐痰或高聲談話時，自口鼻噴出散布於空氣中的飛沫所傳染。若長時間處於密閉空間或接觸開放性肺結核病人，則受到感染機會較大。

發病症狀：

臨床上病人常見的症狀有咳嗽、胸痛、體重減輕、倦怠、食慾不振，發燒、咳血等。唯這些症狀在其他慢性胸腔疾病亦會出現，故只能作為診斷上的參考之用。所以要診斷結核病必須綜合臨床表現，加上放射線學之變化，最後再以實驗室檢驗加以證實，才算完整。因此如有疑似結核病之症狀(如咳嗽超過三週)，宜儘速就醫。

哪一類結核病的接觸者要接受檢查？

確定診斷的結核病患，與其共同居住的家人、親戚、室友，以及結核病患可傳染期間內1天接觸8小時以上或累計達40(含)小時以上的密切接觸者，都需要接受檢查；如果病人尚為疑似結核病，在還沒確診前，前述的密切接觸者就不需要檢查。

如何防範肺結核？

人們接觸結核菌後不一定都會發病，但在身體抵抗力差及嚴重感染情況下，就很容易發病；為防範肺結核，應注意下列要點：

- (1)生活規律、飲食均衡、睡眠充足及適當運動與休息。
- (2)所處的環境要光線充足、空氣流通，並避免到通風不良的公共場所。
- (3)注意個人咳嗽及吐痰的衛生習慣，痰液直接吐在抽水馬桶沖走或吐在衛生紙上再予丟棄。

肺結核如何自我觀察？

※如果有下述症狀，應及早就醫進一步診斷。

- (1)不明原因咳嗽，經就醫而無改善病情者。
- (2)全身不適、易疲勞、煩燥或不明原因體重減輕。
- (3)發燒。
- (4)胸痛、痰量增加，甚或呼吸急促或困難、咳血。

※七分篩檢法

咳嗽兩週(2分) 咳嗽有痰(2分) 胸痛(1分)
沒有食慾(1分) 體重減輕(1分)

若有上述症狀，合計5分以上請儘速就醫檢查。

~ 健康中心 關心您的健康 ~

主任：林佩芬(分機 2450)

護理師：梁娟娟(分機 2452)

洪怡靜(分機 2451)

※有任何問題請洽健康中心或來電詢問

※健康中心護理師每週一於城區部健管辦公室提供服務(分機 6190)

