



瞭 解 結 核 病

我們都應該瞭解些甚麼



我們所呼吸的空氣把我們所有人都連接在一起



目錄

瞭解結核病

什麼是結核病？結核病是怎樣傳播的？	1
身體是怎樣抵抗結核病的	
潛伏性結核病（Latent TB）	1
活動性結核病（Active TB）	2

瞭解結核病檢查

誰應該接受檢查	5
檢查結核病的兩種方法	6
結核病檢查結果的含義	6

瞭解結核病的治療情況

服藥治療潛伏性結核病	7
服藥治療活動性結核病	8
服用抗結核病藥物可能會出現的副作用	9
怎樣才能按計劃服用抗結核病藥物	9
諮詢直接觀察療法	9
怎樣保護與你接觸的人	10

從哪里瞭解有關結核病的資訊， 到哪里接受檢查和治療

有關結核病的更多資訊	12
紐約市的胸科中心	13

瞭解結核病

什麼是結核病？結核病是怎樣傳播的？

結核病 (Tuberculosis) 簡稱TB，是一種由細菌引起的嚴重疾病，通常侵害肺部。它通過空氣在人與人之間傳播。當患有結核病的人咳嗽、打噴嚏或講話的時候，就會把結核菌散播到空氣中，而其他入就有可能吸入這些病菌，其中有些人就有可能會因此而得病。

與患有結核病的人進行短暫接觸（例如在火車或巴士上）則不太可能被傳染上結核病。與人握手、分享食物或性交也不會傳播結核病。

通常，只有當人們與患有結核病的人長期相處時，例如，與結核病患者每天在一起生活或工作，結核菌才有可能進入他們的體內。

大多數人在他們沒有發病之前，並不知道自己患有結核病，這就是為什麼對結核病的高危人群（請參見第5頁）而言，接受檢查是一個好辦法。通過適當的護理和治療，結核病是可以被預防和治癒的。

身體是怎樣抵抗結核病的

通常，只有當人們與患有結核病的人長期相處時，結核菌才有可能進入他們的體內，即使出現這種情況，身體也通常能夠擊退這些病菌的攻擊。

潛伏性結核病 (Latent TB)

大多數吸入結核菌的人並不會生病。當一個人的免疫系統強壯時，會在病菌週圍築起一道牆，使病菌無法擴散並傷害身體。這種牆被稱為“結核節” (tubercles)，這也是結核病 (tuberculosis) 名稱的來源。當結核菌被俘獲在結核節內時，它們就會減弱並停止活動，好象睡著了一樣，這種狀況被稱為潛伏性 (休眠) 結核病 [latent (sleeping) TB]。



世界範圍內結核病的發病情況

在全球範圍內，每年有大約九百萬人感染結核病，大約二百萬人因結核病而失去生命。紐約市有三分之二的結核病患者都出生于結核病發病率較高的國家，這些國家包括中國、多明尼加共和國、厄瓜多爾、圭亞那、海地、洪都拉斯、印度、墨西哥、巴基斯坦、秘魯、菲律賓、南韓以及整個非洲。

只要免疫系統保持強壯，有潛伏性結核病的人就不會發病，他們也不會把結核菌傳染給其他人。但是，如果免疫系統變得虛弱，有潛伏性結核病的人就會發病，結核菌會醒過來，並開始擴散。這就是為什麼許多有潛伏性結核病的人也需要服藥來殺死結核菌。

如果你有潛伏性結核病，你的醫生會告訴你是否需要服藥。請參見第7頁，瞭解有關服用抗結核病藥物的更多詳情。

活動性結核病 (Active TB)

當一個人無法戰勝結核菌時，就會發病，結核菌開始繁殖，對身體造成許多傷害，這種病症被稱為**活動性結核病 (active TB)**。患有活動性結核病的人通常會出現下述症狀：

- 咳嗽超過3週
- 體重減輕
- 夜間大量盜汗
- 發燒
- 一直感到疲乏
- 寒戰
- 食欲不振

患有活動性結核病的人必須服用藥物來殺死病菌，阻止病菌對肺部以及大腦、脊柱和腎臟等身體其它部位造成傷害。肺部患有活動性結核病的人在還沒有服藥治療的時候具有傳染性，他們在說話、咳嗽或打噴嚏時能把結核病傳染給別人。

爲了讓病情好轉，也爲了防止把結核菌傳染給別人，患有活動性結核病的人必須服藥治療。如果不吃藥，病情就不會好轉，甚至有可能失去生命。



如果我和患有活動性結核病的人相處了很長時間，我該怎麼辦？

請你的醫生或其他醫護人員為你檢查是否患有結核病。

有時候，人們在健康與心理衛生局通知他們之前，並不知道自己暴露於活動性結核病的傳染源中。如果這種情況也發生在你身上，請不要擔心，健康與心理衛生局會告訴你如何接受檢查。你可以到自己的醫生那裡做檢查，也可以到胸科診所接受免費檢查。



潛伏性結核病與活動性結核病之間的區別是什麼？

潛伏性結核病



體內的結核菌被包裹住
(處於休眠狀態)



攜帶結核菌的人不會把
病菌傳染給別人



攜帶結核菌的人不會有
任何症狀



結核病檢查結果通常呈
陽性



通常情況下，胸部X光
檢查結果正常



有時候必須接受藥物治
療來預防活動性結核病



通常服用一種藥物，治
療時間為4-9個月

活動性結核病



體內的結核菌具有活動
性和傳染性



攜帶結核菌的人能把病
菌傳染給別人



攜帶結核菌的人通常會
出現症狀



結核病檢查結果通常呈
陽性



胸部X光檢查通常會發
現肺部受到損害



必須服用藥物進行治療，
醫治病情，並且防止傳
染給其他人



通常服用三到四種藥物，
治療時間為4-9個月



抗結核病藥物必須服用數月才能見效。患有活動性結核病的人一旦開始服藥，就會感覺病情好轉，這是指其症狀通常會迅速消失。然而，如果服藥時間不夠長，結核菌有可能會捲土重來。如果出現這種情況的話，再現的結核菌會變得更利害，殺滅更困難。

如果你患有活動性結核病，你的醫生會告訴你需要服用哪些藥物，服用多長時間。你必須堅持服用抗結核病藥物，直到你的病情痊癒為止，這通常需要4到9個月的時間。只有你的醫生才能告訴你，什麼時間停藥是安全的。請參見第8頁，瞭解有關服用抗結核病藥物的更多詳情。



“

我接到健康與心理衛生局的一名護士打來的電話。她說我上班時坐在我旁邊的人患有活動性結核病。我聽了真是心神不寧，不過她說‘別擔心，即使你的體內有結核菌，可以通過吃藥不會發病...你只需要做一個檢查，接下來我們會為你安排好一切。’

我沒有健康保險，不過她說我可以去胸科診所接受免費檢查。結果我還作了HIV檢查。兩個檢查的結果都是陰性，而且全都免費！我很高興我去做了檢查，結果一切正常。

”



瞭解結核病檢查

誰應該接受檢查

有些人患上結核病的風險較高，這些人應該接受檢查。

與活動性結核病患者長期相處的人

- 活動性結核病患者的家庭成員、朋友和同事
- 近期從結核病發病率較高的國家（請參見第1頁）移民來美國的人
- 近期在結核病發病率較高的國家待了1個月以上的人
- 在醫院、監獄、無家可歸者庇護所或養老院工作或居住的人

伴有某些健康問題的人

- 免疫系統虛弱的人，尤其是感染了人體免疫缺損病毒（HIV）的人或者是很年幼的兒童
- 患有糖尿病、慢性腎衰竭、某些種類的癌症或其它病症的人
- 注射毒品的人
- 接受過器官移植的人
- 服用某些能抑制免疫系統的藥物的人，例如接受癌症化療、使用類固醇、或腫瘤壞死因子- α 阻滯劑的人
- 胸部X光檢查出陳舊結核病灶的人



即使我已經接種過卡介苗，我是否還應該接受檢查？

結核病患風風險較高的人（請參見上文）即使在小時候接種過卡介苗，也應該接受檢查，因為卡介苗通常不能保護成年人。

如果我接種過卡介苗，我做結核病皮膚試驗會總是呈陽性反應嗎？

不會。大多數人在接種過卡介苗一年之後，進行結核病皮膚試驗時通常會呈陰性反應。如果你的結核病檢查結果呈陽性，無論你是否接種過疫苗，你的體內也許有結核菌。



檢查結核病的兩種方法

有兩種結核病檢查方法：皮膚試驗方法和新的血液檢查方法。你的醫生會和你探討這兩種方法，並挑選一種適合你的檢查。

皮膚檢查

當你接受結核病檢查時，你的醫生或其他醫務人員將用一根小針把幾滴測試溶液注入你的皮下，並讓你在兩到三天後回來，醫生將檢查測試部位的情況，並告訴你測試結果。

血液檢查

當你接受結核病血液檢查時，醫務人員將採集你的少量血樣，血樣將被送往實驗室做結核病檢查。你的醫生會在兩到三天后告訴你檢查結果。

結核病檢查結果的含義

陰性結果

陰性的檢查結果通常指你的體內沒有結核菌。有的時候，如果結核菌剛剛侵入你的身體不久，或者如果你的免疫系統虛弱（例如，如果你攜帶人體免疫缺損病毒），就有可能檢查不出來。在這種情況下，你需要做一次胸部X光檢查。你的醫生將把X光檢查的結果作為全部檢查的一部分，來確定你的體內是否存在結核菌。

陽性結果

陽性的檢查結果通常指你的體內有結核菌，不過這並不總是意味著你患有活動性結核病（請參見第2頁）。你的醫生將會結合其它檢查手段，例如胸部X光檢查或痰液培養（對你的肺部咳出的粘液進行檢查），來尋找活動性結核病的徵兆。



接受結核病皮膚檢查時的注意事項

當你接受結核病皮膚檢查時，檢查部位可能會腫脹和感覺不適。腫脹通常會在大約2週後消退。如果皮膚測試部位發癢，可以用冷敷處理。千萬不要用手抓撓測試部位，也不要用繃帶蓋住。

請記住！兩到三天後去醫生那裡復查，醫生將檢查測試部位的情況，並告訴你檢查結果。

一次檢查結果呈陽性足以說明問題

如果你的結核病檢查結果呈陽性，你不需要繼續做檢查，因為一次檢查結果呈陽性足以說明問題！你的醫生會告訴你在治療期間是否需要接受其它檢查。

瞭解結核病的治療情況

服藥治療潛伏性結核病

有潛伏性結核病的人並非都需要服藥，通常情況下，這些人中更有可能發病的人會通過服藥來殺死病菌，從而預防活動性結核病。這些需要服藥的人包括：

感染上潛伏性結核病時間很短的人

- 結核病檢查於近期從陰性轉為陽性的人（在過去2年裡）
- 近期與患有活動性結核病的人相處較長時間的人
- 近期從結核病發病率較高的國家移民美國的人（請參見第1頁）

伴有某些健康問題的有潛伏性結核病的人

- 免疫系統虛弱的人，尤其是感染了人體免疫缺陷病毒（HIV）的人或者是很年幼的兒童
- 患有糖尿病、慢性腎衰竭、某些種類的癌症或其它病症的人
- 注射毒品的人
- 接受過器官移植的人
- 服用某些能抑制免疫系統的藥物的人，例如接受癌症化療、使用類固醇、或腫瘤壞死因子- α 阻滯劑的人
- 胸部X光檢查出陳舊結核病灶的人

醫生會根據你的個人健康需求和全部醫療檢查的結果，提出適合你的治療方案。治療潛伏性結核病通常需要服用一種藥物，治療時間為4到9個月。

攜帶人體免疫缺陷病毒（HIV）的人更容易染上結核病

你知道自己是否攜帶人體免疫缺陷病毒嗎？每個人都應該瞭解！因為人體免疫缺陷病毒使免疫系統變弱，所以攜帶該病毒的人更容易染上結核病。請接受HIV檢查，這對你的健康非常重要。

在世界上的許多地方，結核病是人體免疫缺陷病毒攜帶者的頭號死因。如果一名人體免疫缺陷病毒攜帶者感染了結核病，這兩種病症會使病人的病情雪上加霜，迅速惡化。目前現有藥物能夠預防並治療結核病，這對人體免疫缺陷病毒攜帶者來說，尤其是個好消息。

如果你在攜帶人體免疫缺陷病毒的同時，也患有結核病，接受適當的護理和治療能夠讓你的病情好轉。

幫助你記住服藥的竅門



每天在同一時間服藥。



把你的藥放在一個地方，這樣你總是能找到。



採用日歷，每天服藥後在日歷上做記號。



寫張提醒服藥的便條，把它貼在盥洗室的鏡子上或冰箱上。



戴有鬧鈴的手表，並設定服藥時間。



請家人或朋友提醒你服藥。



採用一個七天用藥盒，每週裝一次藥。



加入直接觀察療法 (directly observed therapy)。

服藥治療活動性結核病

患有活動性結核病的病人必須服藥治療病情，同時預防把結核菌傳染給其他人。雖然患有結核病的人根除病情較為困難，但是通過適當的護理和藥物治療，結核病是能夠被治癒的。治療活動性結核病通常需要服用三到四種藥物，治療時間為4到9個月。

當你剛剛開始服藥時，你還是有可能把結核菌傳染給其他人。但治療幾週後，你就不再具有傳染性了。醫生會告訴你怎樣保護你的朋友和家人（請參見第10頁）。在治療期間，當你不再具有傳染性的時候，你通常可以居住在家，也可以工作或上學。

每天都能記住服用抗結核病藥物可能會有一定的難度，我們通過一個被稱為**直接觀察療法**（**directly observed therapy, DOT**）的專門計劃來幫助你按時服藥。加入該計劃後（請參見第9頁），會有一位醫務工作人員每天確保你服用抗結核病藥物。這個方法已經證明是切實可行的，它能夠幫助你按計劃服用抗結核病藥物，而且該計劃是免費的！



服用抗結核病藥物可能會出現的副作用

現有抗結核病藥物是安全有效的，大多數人服用後都沒有產生任何問題。不過對有些人可能會產生副作用，就象所有的藥物一樣，有時候抗結核病藥物會在某些方面影響服藥的人。

如果你需要服用抗結核病藥物，你的醫生會告訴你可能會出現的副作用。如果你同時還在服用其它藥物，一定要把這一情況告訴醫生。記住，如果你在服用抗結核病藥物時出現任何問題，要立即聯繫你的醫生。

怎樣才能按計劃服用抗結核病藥物

應該服用醫生開給你的所有抗結核病藥物，直到醫生告訴你停藥為止，這一點非常重要。即使當你感覺好多了，也不要停止服藥！如果你有幾天不服藥或者在需要繼續服藥的時候停藥，結核菌就有可能變得更利害，這就有可能意味著你將需要服用更多的藥物，而且服藥時間會更長。

諮詢有關直接觀察療法

生活可能很複雜，尤其是在紐約市！有的時候可能不太容易記起來服用應服劑量的抗結核病藥物。

直接觀察療法的英文簡稱DOT，這種方法讓按計劃服藥變得簡單得多。理想情況下，所有患活動性結核病的人都應該接受DOT。



如果我有一次忘了服藥或者太早就停藥了，會發生什麼情況？

完全根除結核病需要較長的時間。為了治癒結核病，你需要在4到9個月的時間裡服用醫生開給你的所有藥物。

如果你忘記服藥，或者太早停藥，你體內的結核菌有可能會對你服用的藥物產生抗藥性，這些帶有抗藥性的結核菌也有可能會傳染給其他人。

有抗藥性的結核病較難治療，需要更長的時間才能治癒（最長達24個月），而且你還需要服用副作用更多的藥物。

堅持服用醫生開給你的所有藥物，直到你的治療結束為止，這樣做能夠避免結核病產生抗藥性。醫生會告訴你什麼時候你的結核病能夠被治癒，什麼時候停藥才是安全的。



當你加入直接觀察療法後，會有一名醫務工作人員和你見面讓你服藥，這名醫務工作人員將與你的醫生一起，確保你所服用的藥物正確有效，確保你服藥後病情能夠好轉。最棒的是，這名醫務工作人員會在你認為方便和保密的地方和你見面：

- 在紐約市任何一家胸科中心
- 在家裡
- 在工作的地方
- 在一些醫院的診所裡

直接觀察療法是一種已被證明能夠幫助你病情好轉的切實可行的方法。
你可以在任何時候加入該計劃。

向你的醫生或醫務工作人員諮詢直接觀察療法。

怎樣保護與你接觸的人

如果你患有活動性結核病，接受過專門培訓的醫務工作人員會讓你提供與你長期相處的人員姓名，這是結核病治療過程中的一項普通內容，這也是確保其他人沒有被傳染上你所攜帶的結核菌的最佳途徑。這些人包括你的家人、朋友和同事，他們被稱為“與你接觸的人”(Contacts)。

在你沒有服用抗結核病藥物之前，你有可能會把結核菌傳染給與你接觸的人。你的醫務工作人員會和一些與你接觸的人談話，尤其是那些在你開始服藥之前與你長期相處的人，通過談話，這些人會接受結核病檢查，從而避免患病。

直接觀察療法 (DOT) 的一些好處

- 讓你服藥變得更簡單
- 大多數加入DOT的人每週只需服兩三次藥（不必每天服藥）
- 幫助你的病情儘快好轉
- 這種辦法非常方便，保密性好，而且免費
- 它還包括下述免費服務：
 - 免費的抗結核病藥物
 - 為往返紐約市胸科中心提供交通幫助
 - 免費的捷運卡 (MetroCard) 和食物券
 - 免費的社會服務



保護你的隱私是很重要的。即使與你接觸的人中間有一個人知道你患了結核病，醫務工作人員也不會在與他們談話的過程中說出你的名字。在一些情況下，醫務工作人員也許需要和你的上司談話，並把你的姓名告訴你的上司，這樣才能找出確實和你有過接觸的同事，請他們去做檢查，不過在把你的姓名告訴上司的同時，也會要求他/她不要告訴別人你患了結核病。

告訴你的醫務工作人員都有哪些人接觸過你是很重要的，這將幫助你所關心的人——家人和朋友不會染上結核病。

“

我不知道我患有活動性結核病，直到我開始覺得不舒服，不過那時候我已經把病傳染給了我四歲的兒子，我感到非常內疚，但是我的醫生說任何人都有可能患上結核病，這不是我的錯，這讓我感覺好受多了。

健康與心理衛生局確實給了我不少幫助，他們派人來我家，為家裡所有人做了結核病檢查。目前我正在服藥，我的兒子也在服藥，我不再具有傳染性了。

”



從哪裡瞭解有關結核病的資訊， 到哪裡接受檢查和治療

有關結核病的更多資訊

如需瞭解健康與心理衛生局提供的有關結核病的更多詳情，請查詢網址 www.nyc.gov/health/TB，或者撥打311轉結核病。

結核病的其它資源：

- 疾病預防與控制中心 (Centers for Disease Control and Prevention)
www.cdc.gov/nchstp/tb/faqs/qa.htm
- 查理斯.P.費爾頓全國結核病中心 (Charles P. Felton National TB Center)
www.harlemtbcenter.org/tb101/tb101_index.htm
- 結核病教育和培訓資源網站 (TB Education & Training Resources Website)
www.findtbresources.org
- 世界衛生組織 (World Health Organization)
www.who.int/health_topics/tuberculosis/en



紐約市胸科中心

所有的胸科中心都：

- 提供優質、免費的護理服務
- 提供超過170種語言的口頭翻譯服務
- 不要求加入健康保險
- 不詢問移民身份

Bronx

Morrisania Chest Center
1309 Fulton Avenue, 1st Floor
Bronx, NY 10456

Brooklyn

Fort Greene Chest Center
295 Flatbush Avenue Extension,
4th Floor
Brooklyn, NY 11201

Manhattan

Washington Heights Chest Center
600 West 168th Street, 3rd Floor
New York, NY 10032

Queens

Corona Chest Center
34-33 Junction Boulevard, 2nd Floor
Jackson Heights, NY 11372

Staten Island

Richmond Chest Center
51 Stuyvesant Place, 4th Floor
Staten Island, NY 10301

請撥 311，瞭解更多詳情，包括診所開放時間。
電話上提供170種語言翻譯。



保護你自己
保護你的家人

