

# 認識肺結核

臺中榮民總醫院胸腔內科肺結核個案師 諭嫻

**肺結核病**是由結核桿菌所引起的一種慢性傳染病，在痰檢驗不出結核桿菌者，稱「非開放性病人」，是未具傳染性；如痰液檢查出結核桿菌者，稱「開放性病人」則為具傳染性。

## 傳染途徑

結核菌必須包在飛沫中才能達到感染的條件，當傳染性肺結核病患在打噴嚏、咳嗽、吐痰時，由口中噴出帶有結核菌的飛沫微粒子飄浮於空氣中，吸入者就可能有被感染的機會，當吸入者抵抗力差時，則會發病。

## 日常生活注意事項

- 1.結核菌容易在陰暗潮溼及不通風處存活，但在陽光底下照射 4~6 小時、煮沸或火燒即可達到殺菌效果，因此住家需保持空氣流通，陽光充足，以減少傳染的機會；使用被褥等要勤加洗曬。
- 2.攝取足夠的營養、適當運動及正常的作息，以保持良好的抵抗力。
- 3.禁吸煙及喝酒；吸煙會刺激氣管而引起咳嗽，影響治療效果；飲酒會使血管擴張導致出血並加強藥物的肝毒性而造成急性肝炎，請勿亂服成藥、中藥或祖傳祕方，應在醫師處方下服用藥物。
- 4.依規定的時間回診複查胸部 X 光及驗痰。
- 5.在痰液報告未呈陰性前：
  - (1)須口罩使用，若有打噴嚏、咳嗽、吐痰時，應用衛生紙掩住口鼻，並將使用的衛生紙包好燒掉或投入沖水式的廁所沖掉，以減少細菌散播的機會。
  - (2)應讓病患進餐時間暫與家人分開，避免病患有咳嗽及打噴嚏的情形。
- 6.病患容易有食慾欠佳的情形，飲食可儘量多樣化及少量多餐，以增進食慾。

## 用藥注意事項

- 1.肺結核治療通常需服藥 6-9 個月，時間必須足夠長以消滅病菌，定量不間斷的服藥，治癒率幾乎百分之百，否則讓病患產生抗藥性，反會使治療失敗，病情加重甚至喪命。
- 2.規則服藥下，大部份在兩週後痰液即會呈現陰性並且不具傳染性。

## 飲食注意事項

蛋白質及鈣質有助於結核部位組織的修補；多吃維生素 A 及 C 含量豐富的蔬果；服用結核藥物，常會耗損人體的維生素 B 群，因此應多服用維他命 B 群補劑及食物；若有咳血的情形，需多補充鐵質。

如對結核用藥或相關內容有任何疑問，可撥(04)2359-2525 轉 3083 或 3087 聯絡結核個案管理師

臺中榮民總醫院結核病小組關心您