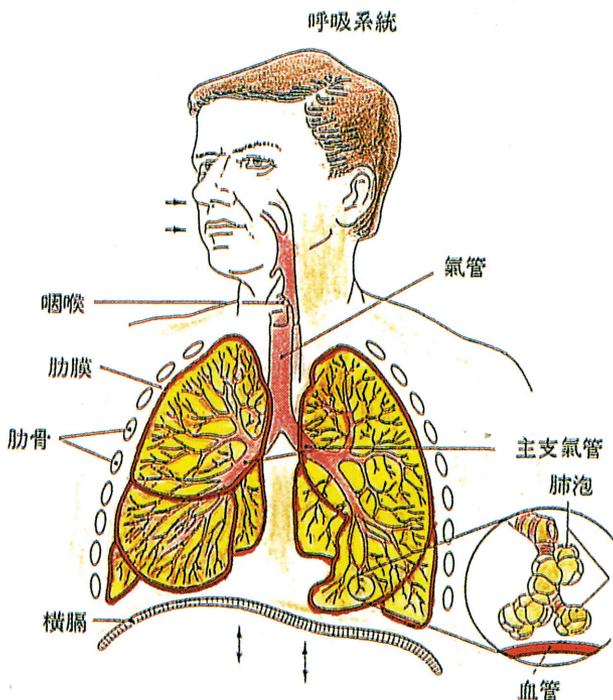


肺結核的居家護理



長庚醫療財團法人 編印

本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售。

著作權人：長庚醫療財團法人

目 錄

壹、前言.....	1
貳、傳染途徑.....	2
參、結核病之分類.....	3
肆、危險因素.....	3
伍、檢查方法	4
陸、徵象與症狀.....	4
柒、藥物治療.....	5
捌、照護注意事項	8
玖、預防之道.....	9
拾、諮詢服務電話.....	10

壹、前言

肺結核俗稱肺癆，是一種結核分枝桿菌侵犯肺臟的傳染病。為與人類歷史一樣古老的疾病，早在五、六千年前的埃及木乃伊的骨髓中，就發現結核菌的存在，在沒有抗生素的年代，得到肺結核需要靠陽光與靜養，再加上幾許運氣才能康復。

1882年著名的微生物學家柯霍發現結核菌是造成結核病的元凶。它的體積非常微小，肉眼無法看見，需用特殊方法染色後，在顯微鏡下觀看呈桿狀，因此稱為結核桿菌。結核菌極為頑強，在陰暗潮濕處可存活達數月之久，陽光直接照射下須經4-6小時才會死亡，在水中須煮沸五分鐘以上才能殺死它。直到1968年臨床應用立復黴素治療肺結核以後，才有突破性的進展。現在結核病是一種可預防也可治癒的疾病，只要早期診斷出來，並且在尚未擴散或出現合併症前，接受六個月以上正確有效的藥物治療，通常能痊癒並恢復正常生活。

貳、傳染途徑

肺結核的傳染方式分為直接傳染與間接傳染。

一、直接傳染：直接吸入開放性病人咳嗽、打噴嚏，或高聲談話時自口鼻噴出的飛沫，此為最主要的傳染途徑。

二、間接傳染

(一)間接吸入漂浮在空氣中含有結核菌的飛沫，常發生在空氣不流通的室內。

(二)間接吸入附著有結核菌的塵埃，這類塵埃來自於被病人痰液污染的地板、衣物或被褥等。

與具有傳染性肺結核病人密切接觸的時間長短，是感染與否的因素之一。另外，並不是每一個接觸到肺結核菌的人都會得到肺結核，當抵抗力較差時，受到結核菌感染，則容易發病。因此罹患開放性肺結核的病人打噴嚏或咳嗽時，應用手帕掩蓋口鼻或戴口罩，居住的地方應保持空氣流通，陽光充足，儘量減少空氣中結核菌之密度，以減少傳染的機會。

參、結核病之分類

依病人的傳染力區分為：

- 一、開放性肺結核：病人痰液中有結核菌，具有傳染力。
- 二、非開放性肺結核：病人痰液中沒有結核菌，傳染力較小。

肆、危險因素

- 一、生活環境欠佳、處在過度擁擠且空氣不流通的室內。
- 二、長時間暴露在傳染力較強之結核菌所存在的環境。
- 三、特殊體質或免疫力較差者。
- 四、長期使用類固醇藥物。
- 五、罹患糖尿病。
- 六、罹患血液或網狀內皮系統的疾病。
- 七、營養不良。
- 八、毒癮或酗酒習慣。
- 九、罹患愛滋病。
- 十、曾接受胃切除手術。

伍、檢查方法

- 一、肺部X光檢查：可以檢查有無罹患肺結核病灶，全省防癆機構或各大醫院均有作此項檢查；另外，政府的X光巡迴車，可為民衆免費檢查，詳細情形可向當地衛生所洽詢。
- 二、痰液檢驗：檢查肺結核的方法之一，如果長期咳嗽有痰的人，應儘快到當地衛生所或防癆機構接受檢查。
- 三、結核菌素測驗：結核菌素測驗呈陽性反應時，表示目前或以前曾被結核菌感染，但需進一步檢查才能確定是否罹患結核病。
- 四、組織、液體抹片檢查或培養：可取適當的組織或液體做耐酸性抹片檢查及培養。

陸、徵象與症狀

- 一、罹患肺結核早期多半沒有症狀，所以容易被忽略或延誤治療，許多病人是因其他原因接受胸部X光檢查時，才意外被發現罹患肺結核。
- 二、全身性症狀：易疲倦、厭食、近傍晚有輕微

發燒、體重減輕或夜間盜汗，此外女性可能有月經不規則的情形。

三、肺部症狀：

(一)咳嗽：長期有痰或無痰的咳嗽，此為最常見的症狀，嚴重時會有咳血。

(二)胸痛：屬鈍痛或胸口緊悶的感覺。

(三)痰：呈粘液樣膿性痰。

四、老年人常有行為改變、食慾不振、體重減輕、發燒等不典型的症狀。

柒、藥物治療

目前肺結核的治療，已有相當成效的抗結核藥物，但治療的成功與否，須視病人是否規則的服藥。根據結核病診治指引，治療時間需6至9個月，以下就治療的原則及注意事項一一介紹。

一、治療原則

(一)多種有效的抗結核藥物合併使用：醫師會依病人體內結核的感染的部位及嚴重程度，決定抗結核藥物。

(二)規則服藥是治療成功的關鍵，請務必配

合。

- (三) 治療期間須夠長：視合併使用的藥物種類而定，至少須 6 個月，但若有臨床病情需要會延長用藥時間，如治療期間不夠，結核病容易復發甚至有抗藥性菌種的產生。

二、服藥注意事項

- (一) 請務必依照醫護人員指示，按時服藥。
- (二) 不亂服醫師囑咐以外的藥物。
- (三) 服藥後，如：尿液、汗液、淚水或分泌物等呈橘紅色時，屬正常現象，此乃因藥物代謝所致。通常用藥後小便顏色較深，但會逐漸變淡並恢復至正常。若全天有深色尿或全身黃疸出現，請立即回診檢查。
- (四) 若有噁心、嘔吐、全身發癢、皮膚紅疹或視力模糊等任何不適時，請勿自行停藥，需立即回診請醫師診療或調整藥物。
- (五) 切勿因服藥後感覺身體不適而私自停藥，也不可以自己覺得症狀減輕，就自行減少藥量或停藥。用藥之調整，應遵從醫師的

決定，擅自減量或停藥容易使結核菌產生抗藥性，甚至使得病情惡化，以致要花更多的時間治療。

三、肺結核藥物常見之不良反應：如有以下副作用，需回診求治，由醫師決定是否調整用藥，切記不可自行停藥。

藥名	副作用	症狀	發生率
INH (Isoniazid)	末梢神經炎	感覺異常、蟻走感、疼痛感、燒灼感	少
	肝功能異常	類似肝炎症狀，如疲倦感、肝腫大	極少
	皮膚過敏	皮膚癢或伴有紅斑，多發於臉部、頸部、四肢	少
EMB (Ethambutol)	視神經炎	視力模糊、視力減退	極少
	皮膚過敏	皮膚癢或伴有紅斑，多發於臉部、頸部、四肢	少
RIF (Rifampin)	腹部症狀	腹痛、嘔吐、下痢	少
	紫癍症	紫癍2-3天後自行消失	極少
	肝功能異常	類似肝炎症狀，如：疲倦感、肝腫大、黃疸	極少
PZA (Pyrazinamide)	血清尿酸濃度升高	可能伴隨關節酸痛	較常見
	肝功能異常	類似肝炎症狀	少
Rifater (RIF120mg+INH80mg+PZA250mg)	感冒樣症狀	類似發燒、寒顫、頭痛、肌肉痛	常見
	肝功能異常	有肝炎、腎病者需小心投予	常見

四、治療追蹤

- (一) 結核菌檢查：當痰液檢查結核菌呈陽性者，最好每個月追蹤驗痰至陰性為止，病人完成治療時，應再次接受痰液檢查；若痰液檢查結核菌陰性者，至少應符合世界衛生組織(WHO)之規定，開始接受治療後滿一個月、第五個月及完成治療時均需再驗2套痰液。
- (二) 胸部X光檢查：所有肺結核病人，建議在治療前、治療中之第1與第2個月及完成治療時，應追蹤胸部X光檢查；至於多重抗藥性的病人，則建議每6個月追蹤胸部X光檢查一次，作為藥物治療的參考。

捌、照護注意事項

- 一、具傳染力期間，病人應住在隔離病房中，用藥滿二週後傳染性才會逐漸降低，此期間病人、照顧者及訪客均須配戴N95口罩，並應適當限制出入之訪客。
- 二、與病人共同生活之親友均應就醫，接受胸部

X光檢查與皮膚結核菌素測驗。

- 三、出院後，仍須與衛生機關保持密切聯繫，直到醫師複診確定不需繼續藥物治療為止。
- 四、三餐採均衡飲食，但需注意攝取富含蛋白質的食物，如：魚、肉、豆、蛋、奶等，以獲得足夠的營養。
- 五、對於病情極度惡劣或身體虛弱者，可考慮採高蛋白飲食或鼻胃管灌食。
- 六、絕對禁止吸煙及酗酒等習慣。
- 七、避免處於通風不良、陰暗、潮濕的工作場所及生活環境。

玖、預防方法

- 一、接種卡介苗可以預防粟粒性結核病，尤其是結核性腦膜炎；嬰兒出生滿24小時後，體重在2500公克以上，即可以接種卡介苗，接種時間愈早愈好，可至當地衛生所或防癆機構接種。
- 二、凡45歲以上者，應每年定期做胸部X光檢查，以期早期發現，並及早治療。

三、保持良好的個人衛生習慣，有規律的生活，飲食適宜，睡眠充足，適度的運動與休息，保持身心愉快，以增加個人的抵抗力。

四、房屋住宅光線要充足、空氣流通，避免到通風不良的公共場所。

拾、諮詢服務電話

基隆院區 (02) 24313131 轉 2901

林口院區 (03) 3281200 轉 2957

嘉義院區 (05) 3621000 轉 2382

高雄院區 (07) 7317123 轉 2756

長庚紀念醫院 N250 32K 101.06

<http://www.cgmh.org.tw>