



響應世界結核病日

全面防治肺結核 & 治療懶人包

文／內科部 胸腔暨重症系 主治醫師 陳昫元

肺結核 (Tuberculosis, TB) 是一種由結核分枝桿菌 (Mycobacterium tuberculosis) 引起的傳染性疾病，主要影響肺部，但也可侵襲身體其他部位，如骨骼、淋巴結及中樞神經系統。肺結核並非新興的疾病，早在幾百年前，它就已經被人類所認識。結核病在古代被稱為「癆病」或「白色瘟疫」，直到19世紀才確立結核分枝桿菌為其病原。

在現代醫學發展之前，結核病對人類健康造成了嚴重威脅，許多感染者未能幸免。目前隨著結核疫苗的問世 (如卡介苗BCG)，以及抗結核藥物的使用，在許多國家已能有效防治，但它依然是全球公共衛生的重要議題，尤其在發展中國家及低收入地區，肺結核仍然是導致死亡的主要疾病之一。

個案分享

50歲的張先生近期因為持續的咳嗽和不明原因的體重減輕而前往診所就醫。經過檢查後，他被診斷為活動性肺結核。當醫生告知他這個結果時，張先生感到非常震驚和焦慮，甚至有些難以置信，他擔心自己可能會傳染給家人，並且對於治療過程感到茫然，不知道該怎麼辦。

張先生：「醫生，這個病會傳染給家人嗎？治療需要多久？會不會很痛苦？」

醫生耐心地解釋道：「張先生，肺結核確實是一種需要重視的疾病，但它是可以治療的。及早發現並開始治療對您的健康最為有利。您不必過於擔心，治療肺結核的方法是非常有效的，而且這是有個團隊協作的過程，您並不孤單。」



醫生繼續說道：「肺結核的治療需要按時服藥，並且需要持續一段時間，通常是六個月左右。在治療過程中，我們會定期追蹤您的狀況，確保治療的效果。最重要的是，您要確保自己不會將病菌傳染給他人，所以在治療的初期，您需要進行一些隔離措施，這樣可以保護家人和朋友。」

張先生稍微放下心來，詢問了更多關於治療和預防的問題。醫生一一解答，並向他提供了詳細的衛教資料。雖然張先生仍有些擔心，但他開始理解了肺結核不再是過去那種無法治療的死刑判決，而是可以透過藥物控制與治療的疾病。

一 肺結核的傳播方式

肺結核是通過空氣中的飛沫傳播，當活動性肺結核患者咳嗽、打噴嚏或說話時，會將結核分枝桿菌隨飛沫散播到空氣中。健康人如果吸入這些帶菌的飛沫，就有可能被感染。

需要注意的是，並非每一個被結核分枝桿菌感染的人都會發病。肺結核可以分為活動性肺結核與潛伏性感染兩大類，它們在臨床表現、傳染性及治療方法上有所不同。

① 活動性肺結核 (Active Tuberculosis, ATB)

活動性肺結核指的是結核分枝桿菌在人體內繁殖，並引起臨床症狀的階段。這時病菌已經在肺部或其他器官造成損害，且患者具有傳染性。

活動性肺結核的症狀包括持續咳嗽、咳痰或咳血、體重減輕、夜間盜汗及低燒等。由於病菌大量繁殖，患者會將結核分枝桿菌通過空氣中的飛沫傳播給周圍人，因此，活動性肺結核的及時治療與隔離非常重要。

② 潛伏性結核感染 (Latent Tuberculosis Infection, LTBI)

是指人體內已感染結核分枝桿菌，但病菌處於靜止狀態，未引起症狀。此時的患者不具有傳染性，也不會對健康造成直接威脅。

然而，潛伏性感染者可能在免疫系統變弱時，如年老、糖尿病、愛滋病或長期使用免疫抑制劑時，潛伏性結核可能會進一步發展為活動性肺結核。因此，對於高風險人群潛伏性感染的及早診斷和治療至關重要。

③ 非活動性肺結核

是指結核病菌曾經侵入人體並在某個時期被控制，患者的檢查結果顯示過去曾經感染結核分枝桿菌，但並未發展成活動性肺結核。這些患者通常不具症狀，但仍然需要監測，以防病情在未來某個時間點再次激活。

④ 非分枝桿菌結核感染

除了結核分枝桿菌外，還有其他種類的分枝桿菌，如非分枝桿菌 (Non-tuberculous mycobacteria, NTM)，這些細菌也可能引發肺部感染。這些感染往往與傳統的結核病有所區別，並且其傳播途徑不完全相同。

非分枝桿菌感染通常不會像結核分枝桿菌那樣具有高度傳染性，其治療方法也與結核病不同，會需要較長的治療時間。

二 肺結核的症狀

活動性肺結核的症狀因人而異，但以下是一些常見的徵兆：

- ① **持續咳嗽**：通常持續超過兩週，並且可能伴隨有痰液或偶爾咳血。
- ② **體重減輕**：未經意識的體重下降，且無明顯原因。
- ③ **夜間盜汗**：尤其在睡覺時大量出汗，會導致衣物或床單被濕透。
- ④ **疲倦與乏力**：長期感到精力不集中、疲憊無力。
- ⑤ **胸痛**：可能伴隨呼吸困難或胸悶的感覺。
- ⑥ **低燒**：常在下午或晚上出現輕微發熱。

這些症狀可能與許多其他疾病相似，若發現自己或家人有以上情形，應儘速就醫進行檢查。

三 肺結核的診斷

早期診斷對於肺結核的治療至關重要。常見的診斷方法包括：

- ① **痰液檢查**：通過顯微鏡檢查痰液中是否存在結核分枝桿菌，這是最基本的檢查方法。
- ② **胸部X光檢查**：用來檢查肺部是否有結核的病灶。
- ③ **結核菌素皮膚試驗（PPD）**：檢測是否曾經接觸過結核分枝桿菌，適用於評估是否存在潛伏性結核感染。

- ④ **干擾素釋放試驗（IGRA）**：用來檢測血液中是否有對結核分枝桿菌的免疫反應，主要用於診斷潛伏性結核感染。
- ⑤ **核酸擴增檢測（NAAT）**：這是一種更為快速、敏感的檢測方法，能在短時間內檢測到痰液中的結核分枝桿菌DNA。

四 肺結核的治療

肺結核是可以治癒的疾病。常見的治療方案是使用多種抗結核藥物，通常需要長達六個月的治療時間，分為兩個階段：

- ① **密集期（前兩個月）**：此階段使用多種藥物，藥物劑量較高，用來迅速抑制病菌。
- ② **持續期（後四個月）**：劑量相對較低，目的是消除殘餘的結核分枝桿菌，避免復發。

常見的抗結核藥物包括異煙肼（INH）、利福平（RIF）、吡嗪酰胺（PZA）等。這些藥物可能會引起一些副作用，例如肝功能異常、視力模糊、胃腸不適等，因此需要在醫生指導下進行定期檢查。



遵從治療計劃是成功治療的關鍵，患者必須嚴格按照醫生的處方服藥，避免擅自停藥，否則可能導致抗藥性結核的產生，治療將變得更加困難，甚至有可能引發傳染。

五 肺結核的預防

肺結核的預防不僅僅依賴於疫苗和藥物，健康的生活方式和及時的檢測也非常重要。以下是一些有效的預防措施：

- 1 **接種卡介苗（BCG）**：對於高風險地區的兒童，接種BCG疫苗是預防重症結核的重要措施。
- 2 **保持良好的生活習慣**：如均衡飲食、適當運動、充分休息等，這些有助於增強免疫系統。
- 3 **及早檢測與治療**：高風險人群（如與結核患者有密切接觸者）應定期進行結核篩查，發現潛伏性結核感染及早治療。
- 4 **保持居住環境通風**：避免在封閉空間中與結核患者長時間接觸，並確保通風良好，降低飛沫傳播風險。
- 5 **佩戴口罩**：活動性肺結核患者應佩戴口罩，減少結核分枝桿菌的傳播。

六 高風險族群

以下人群感染肺結核的風險較高：

- 1 與活動性肺結核患者有密切接觸的人。
- 2 免疫力較弱的人群，如HIV感染者、接受器官移植者或長期使用免疫抑制劑的人。
- 3 營養不良、生活條件較差的人，如無家可歸者或吸毒者。

- 4 常年在結核病高發地區生活或工作的個人。
- 5 慢性病患者，特別是糖尿病、慢性腎病等免疫功能低下的人。

七 隔離病患需要注意的事項

對於已確診的活動性肺結核患者，需要在治療初期進行隔離，以防止疾病傳播給他人。隔離病患時，應注意以下事項：

- 1 安置在通風良好的單人房，並盡量減少與他人的接觸。
- 2 醫護人員及訪客應佩戴N95口罩等適當的防護裝備。
- 3 定期消毒病房，尤其是病床及常接觸的表面。
- 4 病人養成咳嗽或打噴嚏時用手帕或紙巾遮掩，並正確處理這些物品。
- 5 隔離期間，病患應避免外出，直到醫生確認已無傳染性。

結語

肺結核雖然是一個古老的疾病，但隨著現代醫療技術的發展，它可以被預防與治療。通過早期診斷、科學治療與有效的預防措施，我們能夠控制肺結核的傳播並減少其對健康的威脅。響應世界結核病日，讓我們每一個人都更加關心自己與他人的健康，及時檢查，遵從治療，從自身做起，共同抗擊結核病。

如果您或您的家人有肺結核相關的症狀，請及早就醫檢查，及時治療，保護自己與他人的健康。🌍