

THAMKC/ADOBE STOCK

防疫常識

俄羅斯疑現鼠疫死亡引發關注 預防治療一次看

文｜盧乙欣

俄羅斯疑似鼠疫事件引發全球關注，雖然事件尚未明朗，但民眾不妨先來瞭解此人畜共通傳染病的預防與治療方法。

BANK215/ADOBE STOCK



嚴重的肺鼠疫可引發肺炎，若未及早診斷與治療，致死率很高。

根據中央社報導，10月2日，俄羅斯西伯利亞伊爾庫茨克州（Irkutsk）鼠疫防治研究所報告不明原因肺炎死亡病例，6日則又傳出新增第二例疑似鼠疫死亡病例。

根據世界衛生組織（WHO）提供的信息，俄羅斯當局已於6日說明，伊爾庫茨克州近期沒有報告任何鼠疫病例，且已針對該州鼠疫防治研究所一位員工罹患嚴重肺炎事件展開流行病學調查。WHO祕書長則於6日發表聲明，要求俄國當局釐清首例嚴重肺炎的確切病因，以及導致官方實施大規模公衛措施的致病原，且針對媒體報導的第二案不明原因肺炎信息提出具體說明。

由於俄方消息不明朗，引發民眾擔憂。對此，臺灣疾管署副署長林明誠表示，會持續加強機場、港埠的發燒篩檢，並針對被攔下的旅客加強旅遊史調查之外，亦會持續蒐集外電報導及俄羅斯鄰國的反應、相關措施等，特別是美國、歐盟及WHO態度。

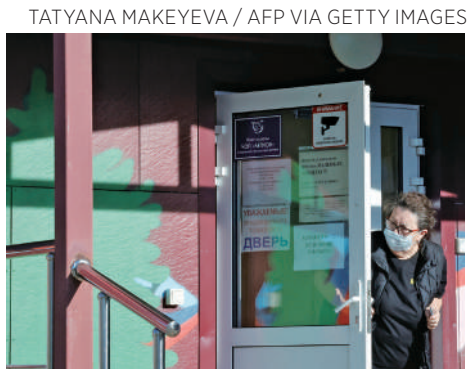
林明誠表示，為了不明原因肺炎，早已建置相關檢驗量能，且建立傳染病防治醫療網，就算真是肺鼠疫，相關治療藥物也為臨床醫療常備，且有供應穩定的抗生素藥物，可供確診治療及暴露後預防性投藥之用，民眾不須過度恐慌。

疾管署指出，臺灣從1953年之後，就沒有再出現鼠疫病例。根據WHO統計資料，全球於2019至2025年累計10國曾報告3860例的鼠疫疑似病例，其中確定病例為2646例，死亡數為423例（疑似病例致死率11%）；全球約有98%的確定病例報告在剛果民主共和國與馬達加斯加，鄰近國家如中國有19例確定病例，蒙古則有17例。

鼠疫有三種類型

根據疾管署資料，鼠疫是存在嚙齒類及其跳蚤的一種人畜共通傳染病，以老鼠等嚙齒類動物為帶菌的自然宿主，傳染給人主要是經由感染「鼠疫桿菌（Yersinia pestis）」的跳蚤，如：印度鼠蚤叮咬，或者經過處理被感染的動物（特別是老鼠與家兔）而染病。感染鼠疫後，若未經治療，致死率為30%至60%，臨床表現則取決於個案感染型式，常見的鼠疫型式有三種：

TATYANA MAKEYEVA / AFP VIA GETTY IMAGES



俄羅斯伊爾庫茨克州謝列霍夫市傳染病醫院，一名抗鼠疫研究所員工在此去世。

一、腺鼠疫（Bubonic plague）

這是鼠疫最常見的型式，但人傳人卻很少見。最初表現是遭到跳蚤咬傷的部位附近出現淋巴結發炎，常見於鼠蹊部、腋下或頸部，受感染的淋巴結發炎、紅腫、壓痛或流膿。通常會出現發燒，晚期階段發炎的淋巴結可能會發展為充滿膿的開放性傷口。

若未盡早治療，腺鼠疫病情可能會擴散至肺部等部位，造成更嚴重的次發性肺鼠疫。次發性肺鼠疫在控制上相當重要，因恐透過飛沫傳染造成原發性肺鼠疫與咽鼠疫。

二、敗血性鼠疫（Septicemic plague）

此類鼠疫可能是鼠疫初期症狀，亦可能是未經治療的腺鼠疫引起。

當經由血液感染身體各部位後，出現症狀包括：發燒、極度虛弱、出血、血栓或休克，嚴重恐引發四肢變黑壞死，特別是手指、腳趾與鼻子，10%的個案可能引發腦膜炎。

三、肺鼠疫（Pneumonic plague）

這是鼠疫最嚴重的型式，可在小於2公尺的近距離透過飛沫，以人傳人引發大規模疫情；症狀包括：發燒、頭痛、虛弱、發寒等，嚴重恐發展為肺炎，並伴隨呼吸急促、胸痛、咳嗽、咳血。若未及早診斷與治療，致死率很高，但若及時治療（症狀出現24小時內），可大幅降低致死率。

肺鼠的潛伏期一般為1至7天；原發性肺鼠疫為1至3天；腺鼠疫則為2至6天。

治療與預防

疑似鼠疫個案必須盡快接受適當抗生素治療，治療時間為10至14天，建議依照病情嚴重程度選擇靜脈或口服治療，若靜脈給藥的個案病況出現改善，可改為口服方式。

若患者是懷孕期間感染鼠疫，則會提高流產與新生兒的死亡風險，即使服用抗生素治療，仍有流產風險；若患者對藥物具有抗藥性或出現其他併發症，應盡快採取患者檢體，再依據檢驗結果調整治療藥物；若患者出現淋巴結腫大化膿，則應切開引流。

雖然鼠疫流傳已有千年歷史，但至今尚未研發有效的預防疫苗。目前的傳統鼠疫疫苗分成「不活化疫苗」及「減毒活菌株疫苗」，且皆存在重大問題。

不活化疫苗需要多次接種，似乎可預防腺鼠疫，但無法預防肺鼠疫；減毒活菌株疫苗的安全問題跟疫苗效果存在疑慮，使用菌株也不統一。美國及其他西方國家尚未批准此疫苗。除了實驗室工作人員及照護鼠疫個案的醫療人員等高風險族群之外，目前WHO並不建議大規模接種疫苗。

要想預防鼠疫，最有效的辦法仍是避免遭到跳蚤叮咬，以及要避免直接接觸可能感染的動物，同時落實消滅老鼠與跳蚤。



民間妙方

生活養生小妙招

文｜小萍

日常生活中，常常會遇到一些小問題、小狀況，如果知道如何處理，您就會覺得得心應手，輕鬆許多。以下介紹一些生活養生小妙招，提供您參考。


WEALTHY LADY/ADOBE STOCK

防治黃疸病

芹菜是醫治黃疸病的有效偏方。芹菜分藥芹、水芹、香芹三種。藥芹生長在田畦間，葉莖肥大，色帶淺黃，有濃烈藥味；水芹生長於水中，葉小。藥芹、水芹均可作為黃疸病患者每日服用的主要食療。另外，患者食不宜過飽，食物以柔軟、少脂肪為佳。

婦女血崩

婦女月經忽然暴崩，堵絕無方，甚至帶有血塊俱下者，俗稱血崩。患者多面色慘白、精神恍惚，益趨惡化，有生命危險。

食療方：陳蓮蓬殼5錢、棉花子3錢，以上燒灰研末，米酒沖服。


WEALTHY LADY /ADOBE STOCK

黑色食品養生

中醫認為，青入肝、赤入心、黃入脾、白入肺、黑入腎。腎色是黑色，屬於冬天，腎中精氣為生命之源，和人體生長、發育、衰老以及免疫力、抗病力的強弱密切相關，故黑色食品有益腎抗衰老作用，冬天補腎最合時宜。

黑色食品大多性味平和，補而不膩，食而不燥，其營養豐富，為諸多食品之冠。黑色食品是指天然黑色的食物，有黑豆、黑米、黑醋、黑莓、黑木耳、烏骨雞、黑芝麻等。

光線充足防憂鬱

光線會刺激人體內令人情緒高昂、氣色飽滿的一種物質產生，有防止情緒低落、心情憂鬱的作用。尤其是在較為陰暗的冬季，把燈光開亮一點，心情自然明亮愉快，但是也不要過度曝晒於陽光下。

保健常識

十五個關於乳腺癌的誤解（二）

編譯｜高新宇

世界衛生組織（WHO）的資料顯示，全球每年有68.5萬人死於乳腺癌，另有230萬人被確診，是全球最常見的癌症。

▶ 上接1076期

5. 壓力過大會導致乳腺癌

現代生活壓力無處不在，人們擔心壓力會對健康造成影響也就不足為奇了。然而，正如澤德曼博士告訴我們的那樣，「沒有任何證據表明壓力與乳腺癌之間存在聯繫。事實上，壓力與乳腺癌之間並沒有必然聯繫。」

但這並不意味著壓力完全不會影響健康。他繼續說道：「作為人類，我們需要找到有效應對壓力的方法，而壓力是我們每個人都無法避免的。這可以對身心健康產生深遠的影響，但並不能降低患乳腺癌的風險。」

6. 我的家族裡沒有人得過乳腺癌，所以我不會得

澤德曼醫生告訴《今日醫學新聞》，他很熟悉這種誤解，「很多新確診乳腺癌的患者都會告訴我，思考到她們沒有家族病史，她們感到非常震驚。我通常會告訴她們，我接診的大多數新確診乳腺癌患者都沒有風險因素。事實上，患乳腺癌最重要的風險因素就是女性。在美國，1/8的女性一生中會患上乳腺癌。」

正如范徹醫生（加州聖莫尼卡普羅維登斯聖約翰健康中心瑪姬·彼得森乳腺中心外科乳腺腫瘤學家，同時也是聖約翰癌症研究所外科助理教授）向我們解釋的那樣，「只有大約5%到10%的乳腺癌，是由家族成員間遺傳的基因突變引起的。這意味著大多數乳腺癌是散發性的，或者沒有遺傳因素」。

由於家族史只是乳腺癌風險的因素之一，因此篩查至關重要。正如加州芳泉谷橙海岸醫療中心紀念護理乳腺中心乳腺影像科主任雷瑟曼醫生解釋的那樣，「建議所有女性從40歲開始每年進行乳房X光檢查，無論是否有乳腺癌家族史。有乳腺癌或卵巢癌家族史的女性，應在30歲之前接受遺傳諮詢師的評估。這類女性可能需要在40歲之前開始進行乳腺癌篩查。」

澤德曼醫生也借此機會強調了女性定期檢查的重要性，「如果您是40歲及以上的女性，請務必進行乳房X光檢查！」（未完待續）

資料來源：www.medicalnewstoday.com

研究表明，壓力與乳腺癌之前沒有必然聯繫。

PORMEZZ/ADOBE STOCK

