

我们可能会以为这是出现在电影场景中的一种疾病——看似遥远不可及且远离我们的日常生活。但是，结核病(俗称肺病)比我们想象中更贴近现实生活。马来西亚国际医药大学(IIMU)医药系医药部主任兼传染性病学专科医生高晋财教授与我们分享结核病的相关资讯，以提高人们的防范意识并认识这种大部分人不熟悉的疾病。

文/图: IIMU提供  
部分图片摘自网络

我们对于屏幕上的这些场景耳熟能详: 一个慢性咳嗽的孤独身影, 日复一日逐渐消瘦, 因年老或工作过度而面色苍白, 直到咳嗽变得更为严重剧烈并咳出血的那一天, 然后情况不再是误解且其开始浮现, 事态真的非常糟糕了。

结核病(简称TB)是一种使人日渐衰弱的疾病(过去因其引起的体重减轻症状也被称为“the consumption”, 直译为消耗性疾病), 时至今日, 我们可能会错误地认为它已经不复存在被遗忘在过去。这种疾病确实由来已久, 它在1880年代被发现, 但真相是今天它仍然存在!

结核病在马来西亚属于地方性流行病, 是在我们这个国家生活需要与其共存的一种疾病, 如同骨痛热症和近年来爆发的新冠肺炎疫情。虽然我们对于后两种疾病(骨痛热症和新冠肺炎)的防范意识相当高, 但我们当中很多人很少会想到社区中结核病的存在和威胁。

我们只需要看看自己的上臂就可以提醒自己, 马来西亚人手臂上都会有婴儿和小学时接种的BCG(即卡介苗)疫苗疤痕。这种疫苗可以保护我们免受结核病的侵害。接种疫苗可能就是我们所拥有安全感的原因, 但我们可能不知道, 它的有效性会随着时间推移而减弱, 等到我们成年时, 我们当中许多人都不再拥有这方面的免疫力。



## 咳嗽阴魂不散? 赶走难缠的咳嗽!

### 结核病的基本知识

结核病是由结核分枝杆菌引起的。它可以攻击身体的不同部位, 其中以肺部(称为肺结核, 简称PTB)最为常见。肺结核(简称PTB)是一个术语, 用于对出现在身体其他部位的结核病进行分类, 其中包括淋巴结、脊髓(通常是脊柱); 在极少数情况下也可能影响肠道。这种细菌也可能攻击免疫抑制患者(例如: HIV感染者)的大脑。

最易感染的人群是老年人、免疫力低下者(例如: 糖尿病患者)、免疫抑制人士(例如: 长期接受类固醇治疗), 以及有HIV病毒共存感染者。年幼的儿童也会面临更大的风险, 因为他们的免疫系统仍在发育, 这正是我们为其他BCG疫苗的理由。其他风险人群包括那些生活空间过度拥挤的人(例如: 外籍劳工和贫困者), 这种生活环境会使细菌更容易传播。

肺结核的四个主要症状是慢性咳嗽、大量盗汗、体重减轻和夜间体温反复升高。肺结核的表现通常为淋巴结肿大、慢性背痛和虚弱等。敏感的肠道, 如果感染发生在大肠则会导致腹痛发作、头痛、意识模糊甚至人格方面的改变。

检测结核病的挑战之一是它不会立即出现症状。高晋财教授表示: “你可能很久以前就感染了细菌, 但细菌会在人体内潜伏或休眠并进入冬眠状态。相关症状可能会在几个月, 甚至几年后才出现。” 缓慢及不明显发作的症状也导致人们可能会掉以轻心, 直到疾病进展至严重阶段, 比如当你发现自己咳嗽带血时。

### 结核病治疗须知

结核病的治疗方案直接简单但却相当漫长。医生处方四种抗生素组合的药物, 用药时间可能是介于六个月至一年之间的任何期限, 主要取决于细菌影响身体的那个部位。高晋财说: “肺结核治疗一般在六个月内, 肺结核则需要9至12个月。” 一些较新的药物可能会在三个月内治疗结核病, 但马来西亚目前没有这种设施: “目前我们仍在沿用治疗方案。” 他这样表示。

无论如何, 遵照医嘱按时服药至关重要。如果患者没有完成疗程或错过药物剂量, 细菌可能会对药物产生耐药性。这种情况可能会导致广泛耐药结核病(简称XDR TB)和耐多药结核病(简称MDR TB), 也就是我们一般俗称的超级细菌。

那些患有XDR/MDR TB的人可以将细菌传播给他人, 遗憾的是, 对于患者本身而言, 由于细菌已经产生耐药性因此很难治疗。这些病例将需要大量替代药物, 包括注射性药物, 以及更长时间(可能长达两年)的治疗, 治疗会变得非常棘手复杂。

高晋财重视心地提醒民众这个事实, 为了避免此类失误情况, 公共卫生系统制定了登记协议, 定期监测接受治疗的人士以确保正确服药和管理药物。一旦开始治疗, 患者将在10到14天内不再感到疲惫。在医药范围内, 患者会被隔离, 但没有再感染的隔离期。“最重要的是, 人们需戴口罩并勤洗手!” 高教授这样表示。

### 结核病检测

结核病可以通过一些检测诊断。肺结核患者的肺部X光片会显示一些“空洞”影像, 这是结核病的明显迹象。另外也可以进行唾液检测和皮肤检测。若是肺结核的病例, 则需要对肺组织或肺液部位进行活检。

什么时候需要去看医生? 记住这个重要原则: 千万不要咳血! 如果你的咳嗽持续两周, 请务必去看医生。在评估你的一般健康状况后, 医生会知道是否需要对你进行结核病检测。如果你没有明显原因的盗汗、体重减轻, 以及淋巴结肿大或慢性疲劳, 请按照上述建议去看医生。

高教授补充说明: “如果你知道自己曾接触过结核病患者, 比如与你共享工作或生活空间的人, 那么你也可能需要去看医生进行筛查。”

他进一步解释, 我国公共卫生部门有一个良好的通知系统。一旦检测到患者患有结核病时, 医生必需通知公共卫生官员, 相关官员将会启动接触者追踪, 以确定可能接触过病源的人, 然后再安排这些人进行检测。

### 结核病会不会传染?

好消息是, 虽然结核病具有传染性, 但它不像我们经历过的新冠病毒具有强大传染力。它与所有呼吸系疾病相似, 都是通过咳嗽或吐痰产生的水滴传播。然而, 有别于新冠肺炎病毒, 这种细菌体积较大, 因此它们需要大量的水滴才能传播: “你必须与患者保持非常密切的接触, 而且处于长时间接触的情况。一般来说, 一天接触超过八小时。” 高教授说这类密切接触者的一些例子是直系亲属者、办公室同事, 或居住在同一所房屋的人。

患有潜伏性或休眠性结核病的人不具有传染性, 那些仅是有肺结核但没有感染肺部的人也不具备传染性。

### 结核病数据

虽然马来西亚并非全球结核病高发国家, 但我国仍被视为发病率高的国家。估计每100,000人中就有92个结核病患者。每年有20,000至25,000宗结核病记录病例。估计平均每年1,500至2,000人死亡。(按不同角度分析: 每年有50,000至100,000宗骨痛热症病例, 记录在案的死亡人数约100,111)。

最近结核病病例的呈现是现上升趋势。高教授进一步解释, 结核病病例的趋势与新近肺炎管制措施的实施存在关联性。



### 我们应该做些什么?

我们没有“加强针”来提高人类对结核病的免疫水平。因此阻止它的最好方法是确保健康的生活方式。高教授说: “一般情况下, 一个身体健康、免疫系统良好的人应该能够自行抵抗结核病。”

了解症状也很重要, 因为早期治疗非常重要。如果置之不理的时间过长, 即使治疗后, 结核病也会在肺部留下疤痕从而永远控制一个人的肺容量: “当一个人康复后, 应该要保持良好的饮食习惯, 锻炼身体, 以及不要吸烟, 你可能會再次感染结核病。这种情况可能非常糟糕!” 高教授这样表示。

疾病预防也有助于避免人们病名化结核病患者。电影对这种疾病的阐述也许没有任何实际帮助, 因为结核病通常被视为一种“肮脏的疾病”, 以及必然会死亡的代名词。事实并非如此! 这种看法可能会导致患者因为无助感、害怕孤立和被社会排斥而延误治疗。请记住, 这种疾病是可以治愈的, 而且结核病可能发生在任何人身上。

咳嗽不停、咳嗽阴魂不散又难缠? 请务必去看医生, 别等到它再次复发! 高教授这样表示。



2018年新冠肺炎疫情大流行前, 马来西亚共有25,837宗结核病病例记录。疫情大流行期间(2020年和2021年), 病例分别减少至23,644和21,727宗病例。“我们戴口罩、保持社交距离并遵守行政管理令, 这些措施都有助于抑制结核病的传播。” 高教授这样说明。

随着这些标准作业程序的落实, 结核病发病率已回升至疫情大流行前的水平。2022年记录了25,391宗病例, 虽然根据世界卫生组织的发病率估计, 我国的实际病例大约为30,000例。

想了解更多, 请浏览IIMU网站 [www.iimu.edu.my](http://www.iimu.edu.my) 或者 <http://iimnews.iimu.edu.my>