

久咳难治愈？ 警惕肺结核

我们对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病态苍白，直到咳嗽变得更严重剧烈并咳出血的那一天，然后情况不再是误解且真相开始浮现，事态真的非常糟糕了。

结核病在不同部分可能出现的症状：



小心“卷土重来”的结核病！

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冠状病毒。虽然我们对于后面两种疾病（骨痛热症和冠状病毒）的警觉意识相当高，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。

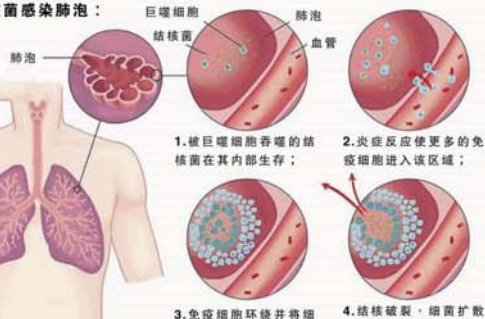
BCG 疫苗免侵害

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。

结核菌感染肺部：



结核病治疗方案简单但却相当漫长。医生会处方4种抗生素组合的药物，用药时间可能是介于6个月至1年以上之间的任何期限，主要取决于细菌影响身体的哪个部位。

本地传染病顾问高贵宾教授说：“肺结核治疗一般在6个月内，肺结核则通常需要9至12个月。”一些较新的药物可能会在3个月内治疗结核病，但马来西亚目前还没有这种设施。

他也表示：“目前我们仍在沿用旧治疗方案。”

耐药性难治疗

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。这种情况可能会升级为广泛耐药结核病（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MDR/XDR TB的人可以将细菌传播给他

治疗需知

按时服药防病变

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且复杂。”

戴口罩勤洗手

他提醒民众这个事实。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配药和管理药物。

一旦开始治疗，患者将在10到14天内不再感染。在医院范围内，患者会被隔离，但没有规定的隔离期。

“最重要的是，人们需戴口罩并勤洗手！”

问：结核病会不会传染？

答：好消息是，虽然结核病具有传染性，但它不像我们经历过的冠状病毒具有强大传染力。它与所有呼吸系统疾病相似，都是通过咳嗽或吐痰产生的水滴传播。然而，有别于冠状病毒，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8小时。”高贵宾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，那些患有肺结核而没有感染肺部的人也不具备传染性。

问：我们应该做些什么？

答：我们没有“加强剂”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。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，即使康复后，结核病也会在肺部留下疤痕从而永远抑制一个人的肺容量。高贵宾说：“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。你可以再次感染结核病，这种情况可能非常糟糕！”

问：结核病常被误称为一种“肮脏的疾病”，以及必然会死亡的时代名词，是吗？

答：事实绝非如此！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。

基本知识 | 空间拥挤易传播

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。肺外结核（简称EPTB）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。

老年孩童风险高

最容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），以及与HIV病毒共存的感染者。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，这正是我们为儿童接种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。



高贵宾：肺结核患者若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。

结核病检测 X光照肺看找空洞

检测结核病的挑战之一是它不会立即出现症状，高贵宾表示：“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。”缓慢及不明原因的咳嗽也导致人们可能会掉以轻心，直到疾病进展至严重阶段，比如你发现自己咳嗽带血时。

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。另外也可以通过进行痰液检测和皮肤检测，若是肺外结核的病例，则可能需要进行骨髓或淋巴结部位进行活检。

咳嗽持续两周

什么时候需要会诊医生？记住这两个重要原则：千万别等咳血！如果你的咳嗽持续两周，请会诊医生。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菌检测。如果你有不明显原因的盗汗、体重减轻，以及淋巴结肿大慢性背痛，请按照上述建议会诊医生。

高贵宾补充说明：“如果你知道自己曾接触过结核病患者，比如与你共享工作区或生活空间的人，那么你也可能需要会诊医生进行筛查。”

启动接触者追踪

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毒的人，然后再安排这些人进行检测。

肺结核的4个主要症状：

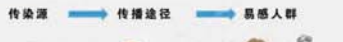
- 慢性咳嗽
- 大量盗汗
- 体重减轻
- 夜间体温反复升高



脖子上的淋巴结是人体的免疫防线，一旦有炎症或病菌入侵，免疫功能就会被激活，淋巴结就会肿大。

肺外结核的表现主要为：

- 淋巴结肿大
- 慢性骨痛
- 脂肪骨髓炎
- 敏感的部位



如果感染发生在大脑则会导致癫痫发作、头痛、意识模糊甚至人格方面的改变。