



百日咳是什麼？

百日咳是由百日咳桿菌引起的易於傳播的傳染病。

過去，百日咳很普遍，而且導致大量兒童死亡。在百日咳疫苗製成之後，患上百日咳的人數大為減少。

為什麼今年百日咳引起那麼多關注？

今年，百日咳患者的人數大大多於以往。2010 年 6 月加州宣佈出現百日咳大流行。

百日咳導致死亡人數也多於往年。所有死亡患者都是 6 個月以下的嬰兒。

所有年齡的人仕都可能患上百日咳，但是最危險的是嬰兒患病後出現的問題。最常見的問題是肺炎。肺炎是導致患有百日咳的嬰兒死亡的最大原因之一。其他問題有痙攣和腦部損傷。

百日咳如何傳播？

百日咳通過受感染患者咳嗽、打噴嚏或交談時產生的細小飛沫傳播。

從出現流鼻涕至開始咳嗽後 3 周期間，百日咳患者都可以傳播該疾病。百日咳患者如果服用合適的抗生素，則可以防止疾病的傳播。

較大的兒童和成人（包括父母）往往有輕微的疾病。他們可能傳播百日咳，而自己都不知道這一點。因為他們並沒有感到自己病得很嚴重，因此沒有看醫生或接受治療。百日咳患者應當用抗生素治療。

他們應當避免與他人密切接觸，尤其是嬰兒和孕婦，直至服用合適的抗生素 5 天以後。

我如何保護自己和家人遠離百日咳？

保護自己和家人遠離百日咳的方法有三種：

1. 疫苗

保護自己和家人遠離百日咳的最佳方法是接種疫苗。百日咳注射劑是從嬰兒開始接種。

在童年期間持續注射疫苗。兒童用疫苗稱為 DTaP。由於疫苗的功效隨時間而減弱，年輕人和成人也應當注射百日咳疫苗。年輕人和成人用疫苗的名稱為 Tdap。

- 所有年輕人和成人都應當接種百日咳疫苗 (Tdap)。如果你接觸嬰兒或孕婦，則這一點尤其重要。
- 孕婦應當在妊娠期或在分娩後立即接種百日咳疫苗 (Tdap)。一般認為妊娠期接種 Tdap 是安全的。
- 我們建議 65 歲及以上的成人接種一次百日咳疫苗 (Tdap)。對 65 歲及以上接觸嬰兒或孕婦的人而言，這一點非常重要。在最後一次注射破傷風 (Td) 針之後你可以在任何時候接種 Tdap。
- 請諮詢您的醫生，瞭解您是否應接種百日咳疫苗。

2. 預防

對於那些與百日咳患者有密切接觸的人而言，服用抗生素是很重要的。

這些人包括：

- 1 歲以下的嬰兒
- 孕婦
- 密切接觸孕婦和嬰兒的人（包括醫護工作者）

如果您知道您或您的家人曾接觸百日咳患者，請聯絡您的醫生。

密切接觸的定義是分享玩具、食物或用具、臉對臉接觸、直接面對咳嗽、打噴嚏或分泌物，或在封閉空間中共處一小時以上。

3. 健康的習慣

所有人都應當養成健康的習慣。例子包括：常洗手、掩住咳嗽、生病時留在家中。

百日咳有哪些症狀和徵兆：

百日咳有三個階段：

1. 在第一階段出現流鼻涕、打噴嚏、發燒，以及在 1-2 周內加重的輕微咳嗽。
2. 在第二階段患者咳嗽發作。每次咳嗽的結尾可能有高音調的吼聲。如需瞭解吼聲的例子，請流覽：http://health.utah.gov/epi/diseases/pertussis/pertussis_sounds.htm。對於嬰兒和兒童而言這是一個危險的階段。在咳嗽時他們臉色會變藍，而且呼吸困難。咳嗽之後可能出現嘔吐並感到疲勞。這一階段通常持續 1-6 周。
3. 在第三階段，咳嗽在 2-3 周內緩慢消失。許多人出現咳嗽，然後是感冒或其他感染。

百日咳疫苗非常不錯，但不是 100% 有效。它的保護能力隨時間推移而消失。曾經患過百日咳或接種過百日咳疫苗的人仍然可能患上該疾病。他們的症狀不同，而且通常沒有上述症狀那麼嚴重。即使您曾經接種疫苗或過去患過該疾病，考慮百日咳也是很重要的。

如果您認為自己患上了百日咳，您應當告訴您的醫生。

如何治療百日咳？

抗生素可用於治療百日咳。在疾病的第一階段開始時使用抗生素最有效。

• 早期服用抗生素有助於緩解症狀。晚期服用抗生素不能緩解症狀，但是能夠阻止疾病的傳播。

三藩市衛生部根據現有的最佳資訊提供本指南。這些建議可能變化，而且三藩市衛生部的建議有時可能不同於全國疾病預防控制中心或加州公共衛生部發佈的建議。如需瞭解最新更新資訊、表格、常見問題和實用鏈結，請流覽我們的網站：<http://www.sfcddcp.org>