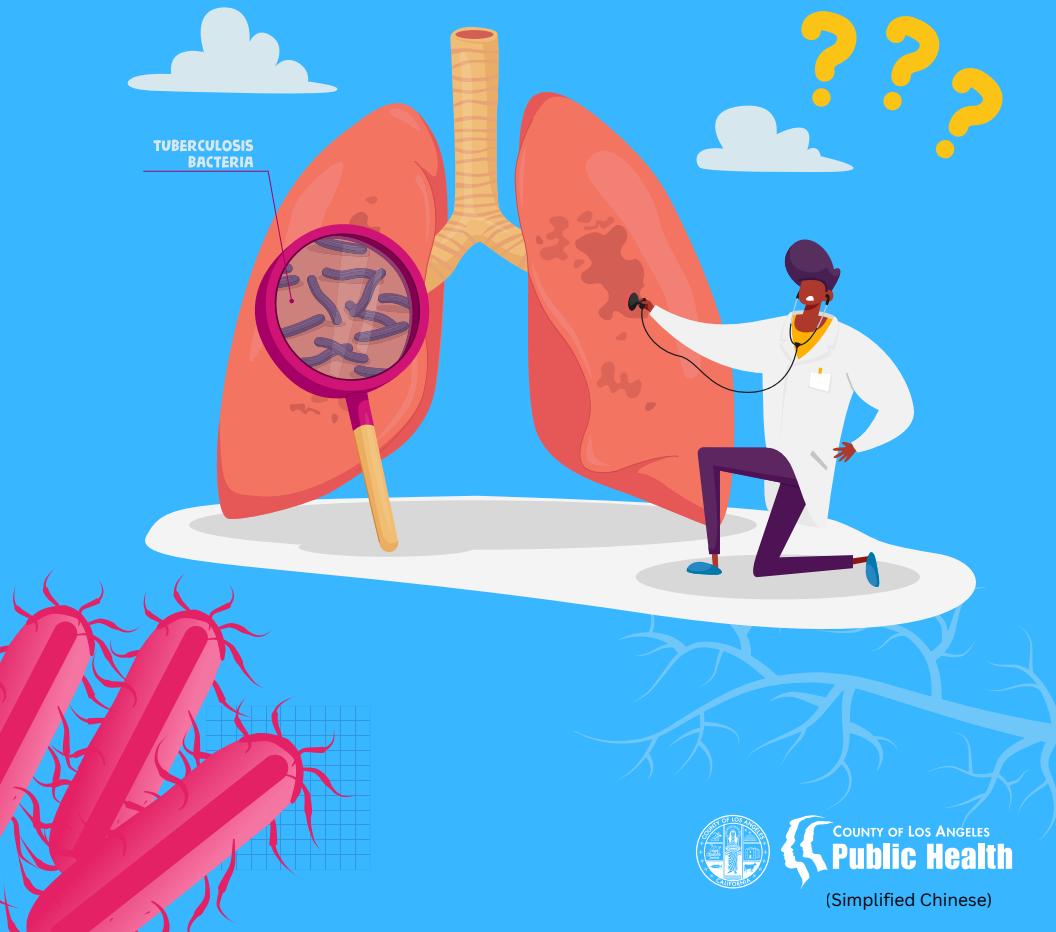


什么是潜伏性结核 感染 (LTBI)?

患者教育手册

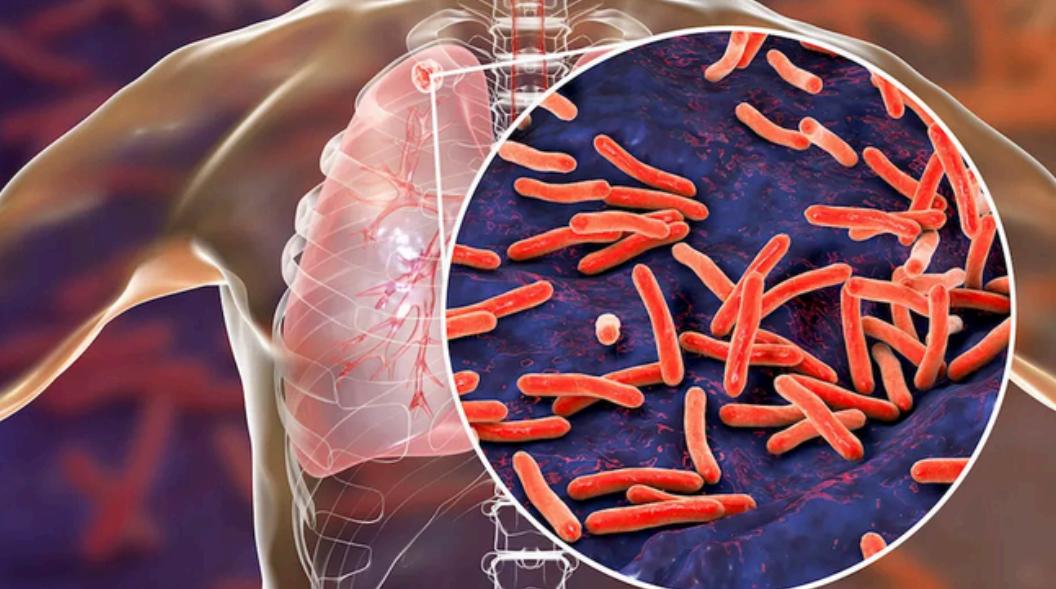


COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

(Simplified Chinese)

目录

1. 什么是潜伏性结核感染（LTBI）？	5
2. 潜伏性结核感染与结核病（TB）有什么区别？	5
3. 结核病菌如何进入人体？	6
4. 哪些人患潜伏性结核感染的机率较高？	6
5. 潜伏性结核感染是如何诊断的	7
6. 潜伏性结核感染的治疗	8
7. 我需要服用多长时间的潜伏性结核感染治疗药物？	9-11
8. 治疗潜伏性结核感染以预防活动性结核病的重要性	12
9. 为什么服完全部潜伏性结核感染治疗药物很重要	12
10. 在服用潜伏性结核感染治疗药物期间应吃的食品	13
11. 照顾好自己：锻炼、呼吸和自我保健	14
12. 患者的个人故事	15
13. We are TB：结核病幸存者和倡导者	15
常见问题解答	16
公共卫生局结核病诊所信息	17

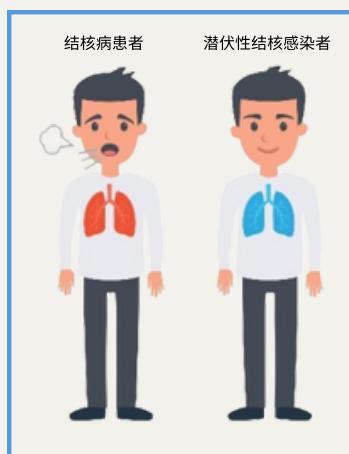


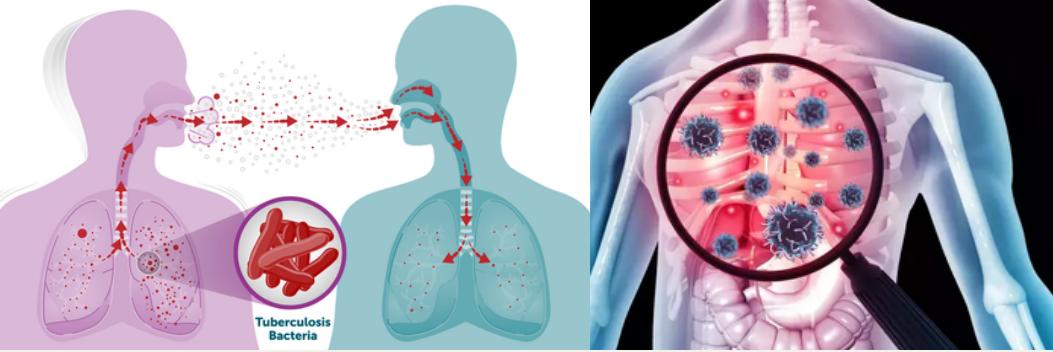
1. 什么是潜伏性结核感染（LTBI）？

- 受结核感染的人体内有结核病菌，但他们并没有结核病。“潜伏”是“非活动性”结核感染的另一种说法。
- 病菌可以隐藏在你的身体内保持“休眠”状态，因此你不会感到不适，也不会将病菌传播给其他人。但如果你的身体变弱，这些病菌就会“苏醒”，变得活跃起来，而导致你生病。这就是结核病。任何人都可能感染上非活动性结核病菌。
- 对潜伏性非活动性结核感染者进行治疗能够防止他们以后患上结核病。

2. 潜伏性结核感染与结核病有什么区别？

潜伏性结核感染与结核病有什么区别	
潜伏性结核感染者	结核病患者
没有症状	有症状
没有感到不适	感到不适
不会将病菌传播给其他人	会将病菌传播给其他人
治疗可以防止结核病的发生	治疗可以治愈结核病





3. 结核病菌如何进入人体？

在通风不良的房间里，当患者咳嗽、打喷嚏、说话或唱歌时，结核病菌会悬浮在空气中。

如果你吸入这种空气，病菌就可能会进入你的体内。

结核病菌一开始可能在你的体内休眠。这叫做“潜伏性结核感染”，不会让你感觉不适，也不会传染给其他人。但如果身体变弱，不能有效地抵抗病菌，结核病菌可以“苏醒”而导致你生病。这叫做活动性结核病。

4. 哪些人患潜伏性结核感染（LTBI）的机率较高？

任何人都可能感染非活动性结核病菌。如果你有以下风险因素，就更可能感染：



在结核病发病率较高的国家出生、旅行或居住（超过1个月）



你正准备开始服用或已经在服用可能降低你身体抗感染能力的药物，比如治疗癌症的药物



一生中与传染性结核病患者有过密切接触



当前或以前无家可归或被监禁

更多信息：

https://www.cdc.gov/tb/media/Question_Answers_About_TB_English.pdf

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/TB-Risk-Assessment.aspx>

5. 潜伏性结核感染是如何诊断的

接受潜伏性结核感染检测可以帮助人们保持健康，尤其是如果他们目前或曾经与活动性结核病患者有接触的话。有些人只需要检测一次，但对于那些在高风险场合工作、患有疾病、出现症状或接触过活动性结核病患者的人来说，可能需要每年检测一次。

有两种测试可以确定一个人是否感染了结核病菌：



结核病血液测试



结核病皮肤测试

更多信息：

https://www.cdc.gov/tb/testing/blood-test.html#cdc_testing_how_to_get_tested-how-to-get-tested

6. 潜伏性结核感染的治疗

我为什么应该接受治疗？

当结核菌初次进入你的身体时，这些细菌（病菌）可能处于非活动状态，即所谓的潜伏性结核感染。在这个阶段，你不会感到不适，没有任何症状，也不会将病菌传染给其他人。但是，如果你的免疫系统变弱，这些细菌就会变得活跃起来，导致结核病，你就会生病。

服用治疗潜伏性结核感染的药物可以杀死结核病菌，这样它们就不会“苏醒”过来而导致你生病。这些药物不仅能让你保持健康，还能帮助保护你的家人和朋友。



更多信息：

https://www.cdc.gov/tb/media/Question_Answers_About_TB_English.pdf

(Simplified Chinese)

7. 我需要服用多长时间的潜伏性结核感染治疗药物？

潜伏性结核感染者需要服药来保持身体健康。大多数人需要服药3至4个月。但有时，他们也需要服药3至9个月，这取决于与活动性结核病接触的类型、个人健康状况以及医生的建议。

潜伏性结核感染治疗方案的一些例子：

潜伏性结核感染治疗方案

	药物	时长	频率	总剂量	剂量与年龄段
首选	ISONIAZID [†] 和 RIFAPENTINE [‡] (3HP)	3 个月	每周一次	12	成人与 12 岁及以上儿童 INH: 15 毫克/公斤，调高至最接近的 50 或 100 毫克 最多 900 毫克 RPT: 10-14.0 公斤：300 毫克 14.1-25.0 公斤：450 毫克 25.1-32.0 公斤：600 毫克 32.1-49.9 公斤：750 毫克 ≥50.0 公斤：最多 900 毫克
	RIFAMPIN [§] (4R)	4 个月	每天一次	120	2-11 岁儿童 INH [¶] : 25 毫克/公斤；最多 900 毫克 RPT : 见上文 成人： 10 毫克/公斤；最多 600 毫克 儿童：15-20 毫克/公斤 [¶] ；最多 600 毫克
	ISONIAZID [†] 和 RIFAMPIN [§] (3HR)	3 个月	每天一次	90	成人 INH [¶] : 5 毫克/公斤；最多 300 毫克 RIF : 10 毫克/公斤；最多 600 毫克 儿童 INH [¶] : 10-20 毫克/公斤 [¶] ；最多 300 毫克 RIF : 15-20 毫克/公斤；最多 600 毫克
备选	ISONIAZID [†] (6H/9H)	6 个月	每天一次	180	成人 每天：5 毫克/公斤；最多 300 毫克 一周两次 [¶] 52
		9 个月	每天一次	270	儿童 每天：10-20 毫克/公斤 [¶] ；最多 300 毫克 一周两次 [¶] 76

通常使用维生素 B6，在极少数情况下，也会使用其他更强效的药物。

更多信息：<https://www.cdc.gov/tb/treatment/inactive-tuberculosis.html>



潜伏性结核感染治疗药物有哪些常见副作用？

所有药物，甚至维生素，有时都会引起副作用，但大多数人服用后不会出现问题。Rifampin（利福平）的一个无害副作用是它可能会导致你的眼泪、汗水和尿液呈现橙红色。这个副作用是正常的，在你停止治疗后会消失。但它可能会导致软性隐形眼镜永久染色，因此你的医疗服务提供者可能会建议你在治疗期间避免佩戴隐形眼镜。

如果你认为自己出现了副作用，请立即致电你的医生或护士。他们可能会告诉你停止服用潜伏性结核感染治疗药物，或回到诊所接受检查。

常见副作用包括：

- 皮疹
- 疲乏
- 恶心
- 类似流感的症状
- 呕吐
- 晕眩或头昏
- 腹泻

在开始接受治疗之前

- 请务必告知你的护士或医疗服务提供者你正在服用的所有药物。某些药物可能会干扰潜伏性结核感染的治疗，并可能引起副作用，例如恶心。分享这些信息有助于预防出现问题，并确保你接受的治疗安全有效。



如果你在服用避孕药，请在开始服用任何新药之前咨询护士或医疗服务提供者。某些药物可能会影响避孕的效果。



如果你怀孕了、认为自己可能怀孕了或正在哺乳，请告知你的护士或医疗服务提供者。这有助于确保你和宝宝的安全。



更多信息：<https://www.cdc.gov/tb/treatment/inactive-tuberculosis.html>

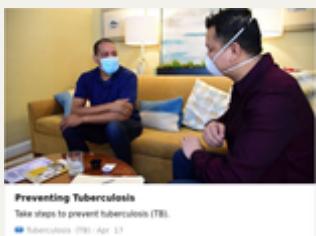
8. 治疗潜伏性结核感染以预防活动性结核病的重要性

治疗潜伏性结核感染可以预防结核病，这是因为：

- 如果不加治疗，每 10 名潜伏性结核感染者中就有 1 人会发展成为活动性结核病。活动性结核病会传播给其他人，并可能致命。
- 免疫系统较弱或患有糖尿病、癌症或艾滋病毒的人更容易感染结核病。他们的身体更难于抵抗结核病菌。
- 大多数活动性结核病患者没有服用过潜伏性结核感染治疗药物。及早服药有助于你今后保持健康。

9. 为什么服完全部潜伏性结核感染治疗药物很重要

- 潜伏性结核感染意味着你的身体内有结核病菌，但你并没有感到不适。如果你的免疫系统变弱，结核病菌就会苏醒过来并导致你生病。服用全部药物有助于阻止这种情况的发生。
- 为了消灭你体内的结核病菌，请服完全部的潜伏性结核感染治疗药物。
- 治疗潜伏性结核感染能帮助防止它变成活动性结核病。这意味着不会将结核菌传播给其他人。
- 如果你不服完全部结核治疗药物，结核菌可能变得更强大、更不容易被消灭。这叫做抗药性结核病，它更难以治疗。



不要漏服任何剂量。
不要过早停止服药！

10. 在服用潜伏性结核感染治疗药物期间应吃的食物

服用潜伏性结核感染治疗药物期间，要吃健康的食物。健康饮食有助于身体更快康复，并使药物更好地发挥作用。



- **富含蛋白质的食物：**
 - 鸡蛋
 - 豆类和小扁豆
 - 坚果和种子
 - 瘦肉（鸡肉、鱼、火鸡）
- **营养丰富的食物：**
 - 莓果
 - 柑橘类水果
 - 深绿色绿叶蔬菜
- **高热量食物：**
 - 牛油果
 - 奶酪
 - 全脂牛奶和酸奶
 - 干果
 - 黑巧克力
 - 谷物棒



增加液体的摄入量，如水和椰子水

疾病控制与预防中心 (CDC) 建议在服用潜伏性结核感染治疗药物期间，避免饮用含酒精饮料，如葡萄酒、啤酒和烈酒。请与你的医疗服务提供者讨论在治疗期间应避免的任何其他物质或活动。

更多信息：<https://www.cdc.gov/tb/treatment/inactive-tuberculosis.html>

(Simplified Chinese)

11. 照顾好自己：锻炼、呼吸和自我保健

以下是服用潜伏性结核感染治疗药物期间的自我保健小提示：

服药时间表

遵循护士和医疗服务提供者的指示。严格按照医嘱服药，包括正确的剂量和服药时间。

饭后服用：

如果你感到胃部不适，请询问医生。他们可能会告诉你在饭后服用药物。

设置提醒：

使用闹钟、药盒或便条来帮助你记住按时服药。

保留一份药物清单：

知道你在服用哪些药物以及服用的原因。

副作用：

如果你感觉到任何副作用或对治疗有任何疑问，请告诉你的护士或医疗服务提供者。

洗手：

用肥皂和水洗手，尤其是在咳嗽、打喷嚏或上厕所后。

得到充足休息：

充足的睡眠有助于身体康复并保持强壮。

管理压力：

进行放松活动，如深呼吸、冥想或瑜伽。

按时前往约诊：

确保去所有与医生的约诊，这样医生才能了解你的状况，并帮助你恢复最佳状态。

更多信息：<https://www.webmd.com/lung/tuberculosis-prevention>

12. 患者个人的结核病故事

结核病在美国仍然是一个重大健康问题。任何人都可能患上结核病，无论他们来自哪里。这些故事讲述了潜伏性结核感染者或活动性结核病患者的经历，以及卫生工作者如何努力防止结核病的传播。



<https://www.cdc.gov/tb/stories/index.html>



扫描这里查看个人结核病故事

13. We are TB: 结核病幸存者和倡导者

We Are TB (“我们是结核病”) 是一个全国性的支持和倡导网络，由曾经亲身患过结核病的人士领导。他们的使命是为受结核病影响的个人提供赋能、教育和联系，同时与诊所和医疗服务提供者合作，来为所有人改善医疗、支持和健康结果。他们通过分享患者的故事来帮助患者和医生，让其他人了解结核病，让患者不再感到孤独。



<https://www.wearetb.com>



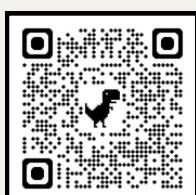
扫描这里访问 “We are TB” 网页



NTCA 使命

“通过州、地方和领地项目的协同行动，推动美国消灭结核病，保护公众健康。”

<https://www.tbcontrollers.org>



扫描这里访问 NTCA 网页

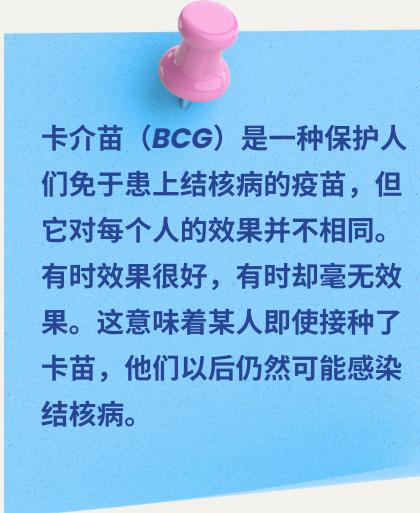
常见问题解答

1. 有针对活动性结核病的疫苗吗？

- 卡介苗（BCG）是一种针对活动性结核病的疫苗，在美国以外的地方常常有很多人接种。
- 在美国一般不使用这种疫苗，因为：
 - 在美国感染结核菌的风险较低；
 - 该疫苗对成人肺结核的预防效果有差异；
 - 即使以前接种了卡介苗，仍会患上非活动性和活动性结核病；
 - 疫苗可能导致结核病皮试呈现阳性，即使你没有结核病。
- 如果你已经接种过结核病疫苗，请告诉你的护士或医疗服务提供者。

2. 卡介苗（BCG）能完全保护我不患上活动性结核病吗？

- BCG 结核病疫苗不能保护人们免于感染活动性肺结核，而肺结核是美国最常见的结核病形式。



Tuberculosis Vaccine

Bacille Calmette-Guérin (BCG) is a vaccine for TB disease. It is not generally used in the U.S.

TB | Feb. 5

<https://www.cdc.gov/tb/vaccines/index.html>

3. 如果我有潜伏性结核感染，我需要隔离吗？

不需要，潜伏性结核感染者无需远离他人。他们没有传染性，也不会传播结核病菌。他们可以正常上学、工作和出行。只有**活动性**结核病患者才会将结核病菌传播给他人。

公共卫生局诊所信息

您的公共卫生护士是：

您的结核病诊所是：

结核病诊所电话号码：

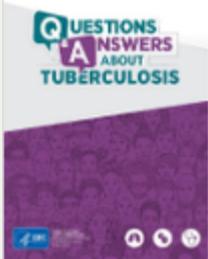
DPH Public Health Centers Nurse Only Clinic Registration Schedule						
All schedules are subject to change and clinics are closed during all _____ . The following schedule reflects registration hours and clinics open 30 minutes after registration begins. Please call ahead to confirm visit hours and to schedule an appointment. Please arrive 30 minutes prior to your appointment.						
Limited walk-in appointments are available on the same day. Walk-in patients should arrive as early as possible to improve the chance of being seen.						
Nurse Only Clinic provides:						
• Adult immunizations and TB testing. • Adult vaccinations for those uninsured and underinsured. • Adult vaccinations for those with Medicaid or Medicare, as well as uninsured and underinsured. • COVID-19 vaccinations and testing for all age groups. • Hepatitis C. • Respiratory.						
There is a \$15 vaccine administration fee per patient for each visit to our Nurse Only Clinic and \$30.00 for families of two or more. There is no cost for those with Medicaid or Medicare plan, the cost is free if the patient can provide the Medi-Cal coverage card at the time of registration.						
Antelope Valley Health Center Valley USA	Business Office (661) 264-4880 (Between Avenue 33rd and Avenue 35th)					
	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
AM No Clinic	7:30-11:00 No Clinic	7:30-11:00 No Clinic	8:30-11:00 No Clinic	7:30-11:00 No Clinic		
Address: 2330 EAST 34TH ST LANCASTER, CA 93536						
Pacifica Health Center Valley USA	Business Office (310) 394-5320 Thruway COVID-19 testing, COVID-19 vaccines, TB screening, and the flu.					
	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
AM No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
Address: 13700 W Valley Blvd Palmdale, CA 93550						
This clinic only operates the first Friday of each month.						
Monrovia Health Center Valley USA	Business Office (626) 256-1880					
	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
AM No Clinic	7:30-11:00 No Clinic	7:30-11:00 No Clinic	7:30-11:00 No Clinic	7:30-11:00 No Clinic		
Address: 3330 N MAPLE AVE MONROVIA, CA 91015						

结核病护士诊所时间表.pdf



点击下面的链接或扫描二维码查看最新更新的“结核病护士诊所时间表.pdf”

<http://ph.lacounty.gov/tb/docs/nurseclinic.pdf>



Questions and Answers About Tuberculosis Booklet

Questions and Answers About TB has information on inactive TB and TB disease.

cdc.gov



Treating Tuberculosis

Both inactive tuberculosis (TB) and active TB disease can be treated.

Tuberculosis (TB) / Apr 17

<https://www.cdc.gov/tb/communication-resources/tb-questions-and-answers-booklet.html>



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health