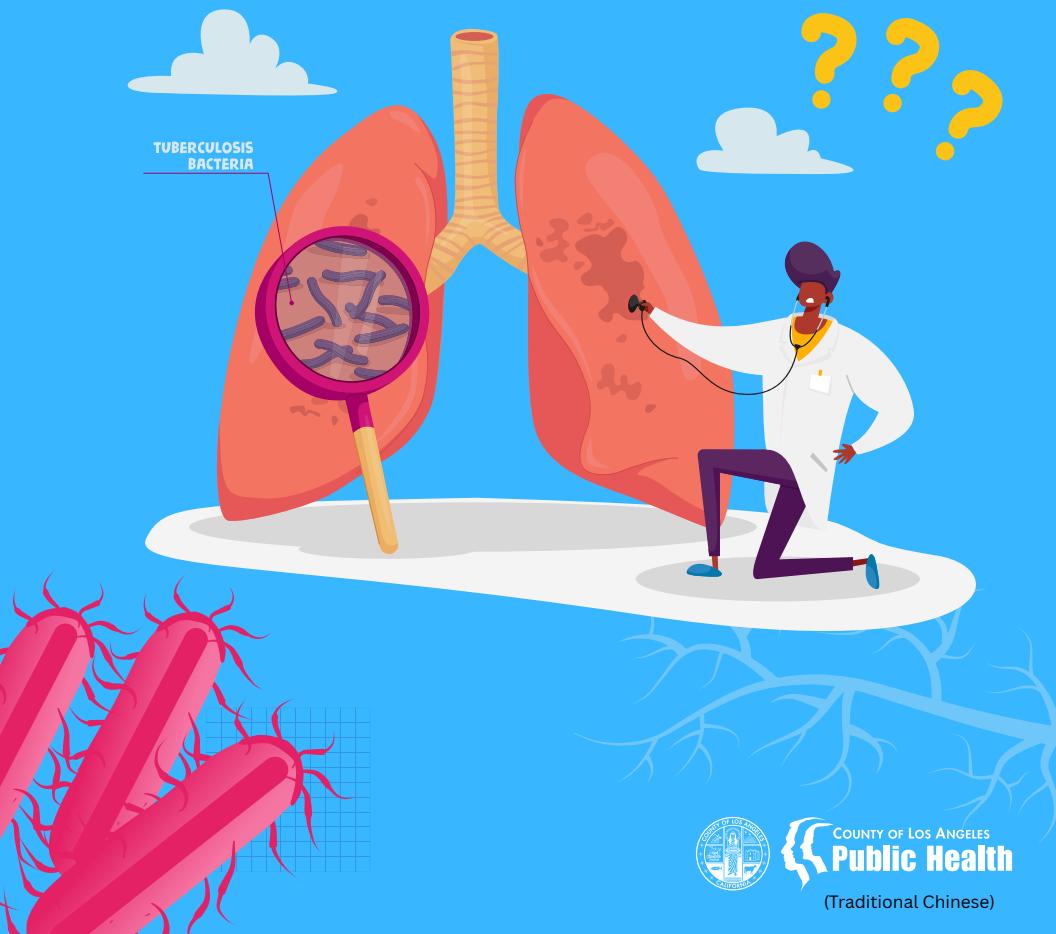


什麼是潛伏性結核 感染 (LTBI)?

患者教育手冊

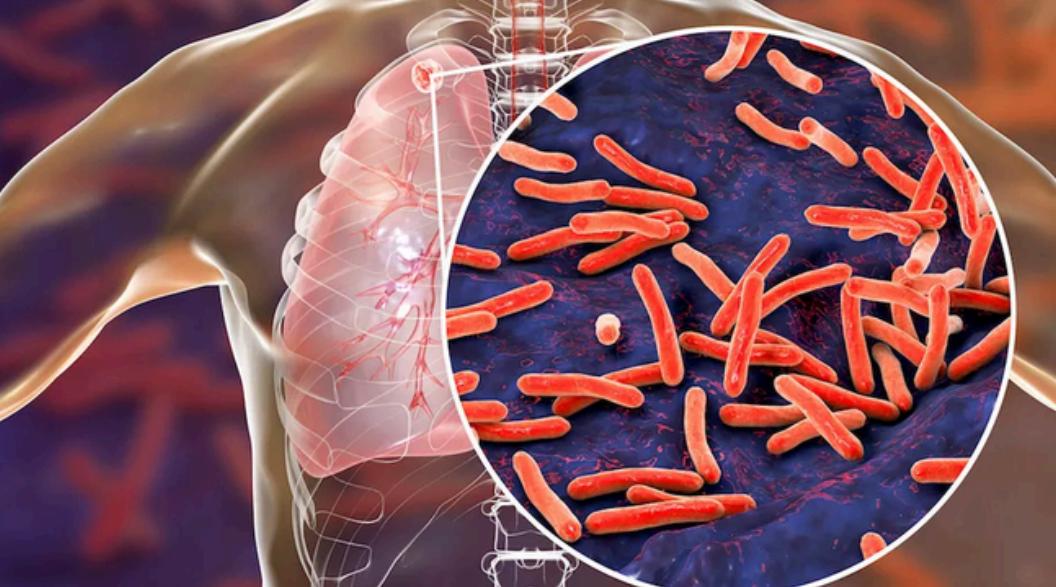


COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

(Traditional Chinese)

目錄

1. 什麼是潛伏性結核感染（LTBI）？	5
2. 潛伏性結核感染與結核病（TB）有什麼區別？	5
3. 結核菌如何進入人體？	6
4. 哪些人罹患潛伏性結核感染的機率較高？	6
5. 潛伏性結核感染是如何診斷的	7
6. 潛伏性結核感染的治療	8
7. 我需要服用多長時間的潛伏性結核感染治療藥物？	9-11
8. 治療潛伏性結核感染以預防活動性結核病的重要性	12
9. 為什麼服完全部潛伏性結核感染治療藥物很重要	12
10. 在服用潛伏性結核感染治療藥物期間應吃的飲食	13
11. 照顧好自己：運動、呼吸和自我保健	14
12. 患者的個人故事	15
13. We are TB：結核病倖存者和倡議者	15
常見問題解答	16
公共衛生局結核病診所資訊	17



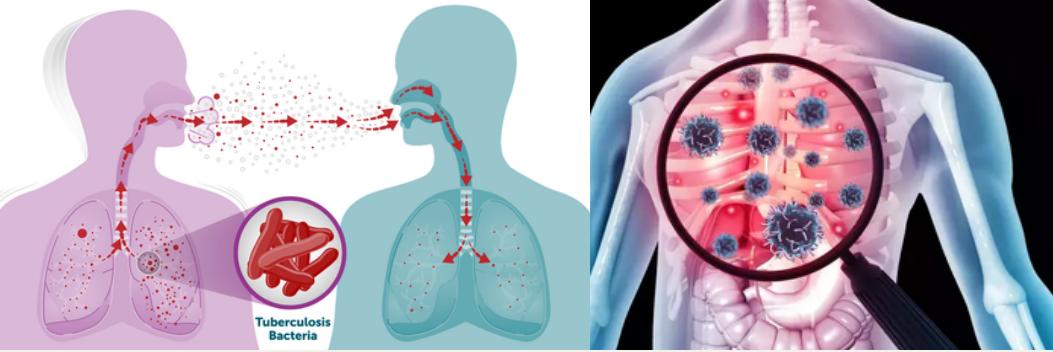
1. 什麼是潛伏性結核感染（LTBI）？

- 受結核感染的人體內有結核病菌，但他們並沒有結核病。「潛伏」是「**非活動性**」結核感染的另一種說法。
- 病菌可以隱藏在你的身體內保持「休眠」狀態，因此你不會感到不適，也不會將病菌傳播給其他人。但如果你的身體變弱，這些病菌就會「甦醒」，變得活躍起來，而導致你生病。這就是結核病。任何人都可能感染上**非活動性**結核病菌。
- 對潛伏性**非活動性**結核感染者進行治療能夠防止他們以後患上結核病。

2. 潛伏性結核感染與結核病（TB）有什麼區別？

潛伏性結核感染與結核病有什麼區別	
潛伏性結核感染者 沒有症狀 沒有感到不適 不會將病菌傳播給其他人 治療可以防止結核病的發生 	結核病患者 有症狀 感到不適 會將病菌傳播給其他人 治療可以治愈結核病





3. 結核病菌如何進入人體？

在通風不良的房間裡，當患者咳嗽、打噴嚏、說話或唱歌時，結核病菌會懸浮在空氣中。

如果你吸入這種空氣，病菌就可能會進入你的體內。

結核病菌一開始可能在你的體內休眠。這叫做「潛伏性結核感染」，不會讓你感覺不適，也不會傳染給其他人。但如果你的身體變弱，不能有效地抵抗病菌，結核病菌可以「甦醒」而導致你生病。這叫做**活動性**結核病。

4. 哪些人罹患潛伏性結核感染（LTBI）的機率較高？

任何人都可能感染非活動性結核病菌。如果你有以下風險因素，就更可能感染：



在結核病發病率較高的國家出生、旅行或居住（超過1個月）



你正準備開始服用或已經在服用可能降低你身體抗感染能力的藥物，例如治療癌症的藥物



一生中與傳染性結核病患者有密切接觸



當前或以前無家可歸或被監禁

更多資訊：

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. 潛伏性結核感染是如何診斷的

接受潛伏性結核感染檢測可以幫助人們保持健康，尤其是如果他們目前或曾經與活動性結核病患者有接觸的話。有些人只需要檢測一次，但對於那些在高風險場合工作、患有疾病、出現症狀或接觸過活動性結核病患者的人來說，可能需要每年檢測一次。

有兩種測試可以確定一個人是否感染了結核病菌：



結核病血液測試



結核病皮膚測試

更多資訊：

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

6. 潛伏性結核感染的治療

我為什麼應該接受治療？

當結核菌初次進入你的身體時，這些細菌（病菌）可能處於非活動狀態，即所謂的潛伏性結核感染。在這個階段，你不會感到不適，沒有任何症狀，也不會將病菌傳染給其他人。但是，如果你的免疫系統變弱，這些細菌就會變得活躍起來，導致結核病，你就會生病。

服用治療潛伏性結核感染的藥物可以殺死結核菌，這樣它們就不會「甦醒」過來而導致你生病。這些藥物不僅能讓你保持健康，還能幫助保護你的家人和朋友。



更多資訊：

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

(Traditional Chinese)

7. 我需要服用多長時間的潛伏性結核感染治療藥物？

潛伏性結核感染者需要服藥來保持身體健康。大多數人需要服藥 3 至 4 個月。但有時，他們也需要服藥 3 至 9 個月，這取決於與活動性結核病接觸的類型、個人健康狀況以及醫生的建議。

潛伏性結核感染治療方案的一些例子：

潛伏性結核感染治療方案

	藥物	時長	頻率	總劑量	劑量與年齡段
首選	ISONIAZID [†] 和 RIFAPENTINE [‡] (3HP)	3 個月	每週一次	12	成人與 12 歲及以上兒童 INH: 15 毫克/公斤，調高至最接近的 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)				2-11 歲兒童 INH: 25 毫克/公斤；最多 900 毫克 RPT [¶] : 見上文 成人: 10 毫克/公斤；最多 600 毫克 兒童: 15-20 毫克/公斤 [¶] ; 最多 600 毫克
備選	ISONIAZID [†] 和 RIFAMPIN [§] (3HR)	3 個月	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 兒童 INH: 10-20 毫克/公斤 [#] ; 最多 300 毫克 RIF: 15-20 毫克/公斤；最多 600 毫克
	ISONIAZID [†] (6H/9H)				每天一次 180 一週兩次 [¶] 52 9 個月 每天一次 270 一週兩次 [¶] 76 成人 每天: 5 毫克/公斤；最多 300 毫克 一週兩次: 15 毫克/公斤；最多 900 毫克 兒童 每天: 10-20 毫克/公斤 [#] ; 最多 300 毫克 一週兩次: 20-40 毫克/公斤 [#] ; 最多 900 毫克

通常使用維他命 B6，在極少數情況下，也會使用其他更強效的藥物。

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



潛伏性結核感染治療藥物有哪些常見副作用？

所有藥物，甚至維他命，有時都會引起副作用，但大多數人服用後不會出現問題。Rifampin（利福平）的一個無害副作用是它可能會導致你的眼淚、汗水和尿液呈現橙紅色。這個副作用是正常的，在你停止治療後就會消失。但它可能會導致軟性隱形眼鏡永久染色，因此你的醫療服務提供者可能會建議你在治療期間避免佩戴隱形眼鏡。

如果你認為自己出現了副作用，請立即致電你的醫生或護士。他們可能會告訴你停止服用潛伏性結核感染治療藥物，或回到診所接受檢查。

常見副作用包括：

- 皮疹
- 痢氣
- 嘔吐
- 腹瀉
- 疲乏
- 類似流感的症狀
- 晕眩或頭昏

在開始接受治療之前

- 請務必告知你的護士或醫療服務提供者你正在服用的所有藥物。某些藥物可能會干擾潛伏性結核感染的治療，並可能引起副作用，例如噁心。分享這些訊息有助於預防問題，並確保你接受的治療安全有效。



如果你在服用避孕藥，請在開始服用任何新藥之前諮詢護士或醫療服務提供者。某些藥物可能會影響避孕的效果。



如果你懷孕了、認為自己可能懷孕了或正在哺乳，請告知你的護士或醫療服務提供者。這有助於確保你和寶寶的安全。



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

8. 治療潛伏性結核感染以預防活動性結核病的重要性

治療潛伏性結核感染可以預防結核病，這是因為：

- 如果不加治療，每 10 名潛伏性結核感染者中就有 1 人會發展成為活動性結核病。活動性結核病會傳播給其他人，並可能致命。
- 免疫系統較弱或患有糖尿病、癌症或愛滋病毒的人更容易感染結核病。他們的身體更難於抵抗結核菌。
- 大多數活動性結核病患者沒有服用過潛伏性結核感染治療藥物。及早服藥有助於你今後保持健康。

9. 為什麼服完全部潛伏性結核感染治療藥物很重要

- 潛伏性結核感染意味著你的身體內有結核菌，但你並沒有感到不適。如果你的免疫系統變弱，結核菌就會甦醒過來並導致你生病。服用全部藥物有助於阻止這種情況的發生。
- 為了消滅你體內的結核菌，請服完全部的潛伏性結核感染治療藥物。
- 治療潛伏性結核感染能幫助防止它變成活動性結核病。這意味著不會將結核菌傳播給其他人。
- 如果你不服完全部結核菌治療藥物，結核菌可能變得更強大、更不容易被消滅。這叫做抗藥性結核病，它更難治療。



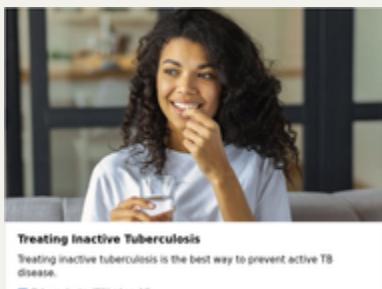
不要漏服任何劑量。
不要過早停止服藥！

10. 在服用潛伏性結核感染治療藥物期間應吃的飲食

服用潛伏性結核感染治療藥物期間，要吃健康的食物。健康飲食有助於身體更快康復，並使藥物更好地發揮作用。



- **富含蛋白質的食物：**
 - 雞蛋
 - 豆類和小扁豆
 - 堅果和種子
 - 瘦肉（鷄肉、魚、火雞）
- **營養豐富的食物：**
 - 莓果
 - 柑橘類水果
 - 深綠色綠葉蔬菜
- **高熱量食物：**
 - 酪梨
 - 乳酪
 - 全脂牛奶和優格
 - 乾果
 - 黑巧克力
 - 穀物棒



增加液體的攝取量，如水和椰子水

疾病控制與預防中心 (CDC) 建議在服用潛伏性結核感染治療藥物期間，避免飲用含酒精飲料，如葡萄酒、啤酒和烈酒。請與你的醫療服務提供者討論在治療期間應避免的任何其他物質或活動。

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

11. 照顧好自己：運動、呼吸和自我保健

以下是服用潛伏性結核感染治療藥物期間的自我保健小提示：

服藥時間表

遵循護士和醫療服務提供者的指示。嚴格遵守醫囑服藥，包括正確的劑量和服藥時間。

飯後服用：

如果你感到胃部不適，請詢問醫生。他們可能會告訴你在飯後服用藥物。

設置提醒：

使用鬧鐘、藥盒或便條來幫助你記住按時服藥。

保留一份藥物清單：

知道你在服用哪些藥物以及服用的原因。

副作用：

如果你感覺到任何副作用或對治療有任何疑問，請告訴你的護士或醫療服務提供者。

洗手：

用肥皂和水洗手，尤其是在咳嗽、打噴嚏或上廁所後。

得到充足休息：

充足的睡眠有助於身體康復並保持強壯。

管理壓力：

進行放鬆活動，如深呼吸、冥想或瑜伽。

按時前往約診：

確保去所有與醫生的約診，這樣醫生才能了解你的狀況，並幫助你恢復最佳狀態。

更多資訊：<https://www.webmd.com/lung/tuberculosis-prevention>

12. 患者個人的結核病故事

結核病在美國仍然是一個重大健康問題。任何人都可能患上結核病，無論他們來自哪裡。這些故事講述了潛伏性結核感染者或活動性結核病患者的經歷，以及衛生工作者如何努力防止結核病的傳播。



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



掃描這裡查看個人結核病故事

13. We are TB: 結核病倖存者和倡議者

We Are TB（「我們是結核病」）是一個全國性的支持和倡議網絡，由曾經親身患過結核病的人士領導。他們的使命是為受結核病影響的個人提供賦能、教育和聯繫，同時與診所和醫療服務提供者合作，為所有人改善醫療、支援和健康結果。他們透過分享患者的故事來幫助患者和醫生，讓其他人了解結核病，讓患者不再感到孤獨。



<https://www.wearetb.com>



掃描這裡訪問 "We are TB" 網頁



NTCA 使命

「透過州、地方和領地計劃的協同行動，推動美國消滅結核病，保護公眾健康。」

<https://www.tbcontrollers.org>



掃描這裡訪問 NTCA 網頁

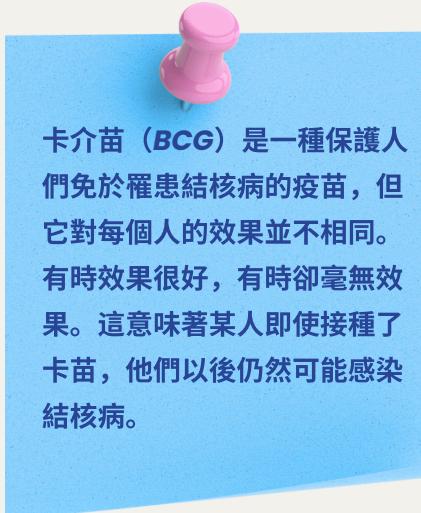
常見問題解答

1. 有針對活動性結核病的疫苗嗎？

- 卡介苗（BCG）是一種針對活動性結核病的疫苗，在美國以外的地方常常有很多人接種。
- 在美國一般不使用這種疫苗，因為：
 - 在美國感染結核菌的風險較低；
 - 該疫苗對成人肺結核的預防效果有差異；
 - 即使以前接種了卡介苗，仍會患上非活動性和活動性結核病；
 - 疫苗可能導致結核病皮膚試驗呈現陽性，即使你沒有結核病。
- 如果你已經接種過結核病疫苗，請告訴你的護士或醫療服務提供者。

2. 卡介苗（BCG）能完全保護我不罹患活動性結核病嗎？

- BCG 結核病疫苗不能保護人們免於感染活動性肺結核，而肺結核是美國最常見的結核病形式。



Tuberculosis Vaccine

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

↳ Tuberculosis (TB) / Feb. 5

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

3. 如果我有潛伏性結核感染，我需要隔離嗎？

不需要，潛伏性結核感染者無需遠離他人。他們沒有傳染性，也不會傳播結核菌。他們可以正常上學、工作和旅行。只有**活動性**結核病患者才會將結核菌傳染給其他人。

公共衛生局診所資訊

您的公共衛生護士是：

您的結核病診所是：

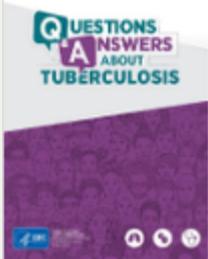
結核病診所電話號碼：

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 services 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 immunizations for those uninsured and underinsured. • Adult immunizations for children, their relatives, as well as uninsured and underinsured. • COVID-19 vaccines and testing for all age groups. • Respiratory.						
There is a \$25 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 children under 18 years old. If you have 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		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
AM No Clinic		7:30-11:00	7:30-11:00	7:30-11:00	8:30-11:00	7:30-11:00
PM No Clinic		11:30-1:00	11:30-1:00	11:30-1:00	1:30-4:30	No Clinic
Address: 220 EAST 4TH STREET #2 LANCASTER, CA 93536		Business Office (661) 722-4880 (Between Olivas Street and Laramie Avenue)				
Palmdale Health Center		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
AM No Clinic		No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
PM No Clinic		No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
Address: 13300 Palmdale Road Palmdale, CA 93550		Business Office (323) 266-1322 Tuesday COVID-19 testing, COVID-19 vaccines, TB screening, and the flu.				
Note: We only operate on the first Friday of each month.						
Monrovia Health Center		MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
AM No Clinic		No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
PM No Clinic		No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic	No Clinic
Address: 3330 N. MAPLE AVE MONROVIA, CA 91016		Business Office (626) 256-1880				

點擊下面的連結或掃描 QR 碼查看最新更新的「結核病護士診所時間表.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