

保護您的家人遠離百日咳 (呼哮咳)

1. 什麼是百日咳?

百日咳是一種可由人們咳嗽或打噴嚏傳播的傳染性疾病。未打疫苗的人，尤其是嬰兒，在咳嗽期間呼吸時會發出高音調的「呼哮」聲，因此這種病在英文通常也稱 whooping cough (呼哮咳)。百日咳可引起導致住院甚至死亡的嚴重疾病，特別是6個月以下的嬰兒。

2. 有什麼症狀?

百日咳通常以輕微的感冒樣症狀開始—流鼻水或鼻塞、流淚、打噴嚏和乾咳。一兩週後，患者突然開始難以停止的咳嗽。這些發作會導致嘔吐、呼吸困難和非常疲倦的感覺。未接種疫苗的兒童和嬰兒會出現嚴重咳嗽，呼吸時經常發出響亮的「呼哮」聲，而許多青少年和成年人並沒有類似的聲音。長期劇烈咳嗽可能是成年人唯一的症狀。

有些嬰兒可能只會出現輕微的症狀，如鼻塞和流鼻水。然而，許多患者可能有呼吸困難，甚至會暫時停止呼吸(窒息)。他們也可能會感覺非常疲倦以及食慾不振。症狀可能會很快惡化，因此儘早尋求治療是很重要的。

如果咳嗽導致您的孩子出現以下情況，請立即致電您的醫生或前往最近的急診室：

- 嘔吐，難以喝水及保持水分
- 呼吸困難或臉色發青
- 覺得昏昏欲睡並停止與家人互動
- 4個月以下的百日咳嬰兒患者應立即尋求額外的醫護

3. 有什麼治療方法?

醫生可能會用抗生素治療此病。因為年幼的嬰兒更有可能出現嚴重的健康問題，他們通常在醫院就醫。儘早治療百日咳很重要。如果您認為您或您的親友可能患了這種病，請立即聯絡您的醫生。

4. 怎麼預防?

最好的預防方法是接種疫苗。建議兒童打DTaP疫苗。這個安全有效的疫苗可預防白喉、破傷風和百日咳。為了獲得最佳的保護，兒童應在2、4及6個月大,15-18個月大,以及進入幼兒園前4-6歲時接種。

青少年 (11-12歲) 和成年人 (包括妊娠晚期的孕婦) 應該打 Tdap 加強針，因為疫苗會隨著時間消失保護作用。家長和其他照顧幼兒的人應注射Tdap疫苗以保護自己和幼兒。



相關健康問題:

嬰兒:

(主要 6 個月以下)

- 耳部感染
- 肺炎
- 脫水
- 癲癇
- 腦損傷
- 呼吸緩慢或停止呼吸

成年人:

- 胃疝氣
- 肋骨斷裂或破損
- 皮膚或眼睛血管破裂

預防技巧:

- 打疫苗
- 把合適的醫用口罩戴在鼻子和嘴巴上
- 咳嗽和打噴嚏時遮住口鼻
- 經常洗手
- 如果生病了，請待在家裡

如果您沒有健保或正規醫生，請撥 **2-1-1** 取得低價或免費免疫診所的名單。