

隱孢子蟲感染

Cryptosporidium Infection

甚麼是隱孢子蟲？

隱孢子蟲 (*Cryptosporidium*) 是一種入侵腸道的寄生蟲。受到隱孢子蟲感染而發病，便是隱孢子蟲病。這種病是一種水源疾病 (或稱水傳播疾病)，隱孢子蟲亦是卑詩省和世界各地的腹瀉病例常見成因。

我如何會接觸到隱孢子蟲？

隱孢子蟲是極為頑強的生物，可以在戶外環境 (包括在冷水中) 生存一段長時間。你有機會循下列途徑，將隱孢子蟲孢囊攝進體內：

- 如果來自溪澗、河流、湖泊或淺井等地面水受到人類或動物糞便污染，沒有經過適當處理便作飲用；或
- 在湖泊、池塘、溪澗、河流、泳池及高溫浴池游泳期間，咽下受污染的水。

隱孢子蟲如何傳播？

隱孢子蟲經由受感染的人或動物的糞便進入口腔。傳播途徑包括：

- 進食或飲用受污染的食物或飲料；或
- 接觸到受感染人類的糞便—例如更換尿片後，之後卻沒有適當洗手，或在性接觸期間；或
- 接觸到受感染的飼養或野生動物 (包括寵物和農場動物) 的糞便，之後卻沒有適當洗手。

隱孢子蟲病有何病徵？

隱孢子蟲病或會引致腹瀉、胃部痙攣、噁心、嘔吐、輕微發燒和脫水。較年幼的兒童和長者出現脫水的危險會較高。

病徵一般在接觸到寄生蟲後的 2 至 10 天內開始，平均約在第 7 天開始。對一般健康的患者來說，病徵一般維持 1 至 2 周。免疫系統減弱的人，感染時間或會較長。患有愛滋病、曾接受內臟或骨髓移植者，或曾接受癌症治療者均是可能出現嚴重感染的例子。

很多時患者受感染而不呈病徵。在某些病例中，患者開始好轉後病徵又復發。

如何診斷和醫治隱孢子蟲？

如果你覺得自己有隱孢子蟲病，或出現持續腹瀉，便要看家庭醫生接受檢驗、診症和跟進。你或需要呈上糞便樣本作檢驗。醫生會根據你的個別需要為你提供療程建議，其中或需要服藥止瀉。隱孢子蟲病患者須要補充飲料以防脫水。

如果我感染了隱孢子蟲，應怎麼做？

隱孢子蟲病由糞便傳播，因此，出現腹瀉而無法控制大便的患者，應暫停上班或上學。

如果你受到隱孢子蟲感染，在你仍有腹瀉期間應暫停湖泊、池塘、溪澗、河流、泳池及高溫浴池游泳，直至腹瀉停止後最少 48 小時。避免這些活動，有助確保其他泳客不受感染。

如果你是食物處理工作人員或醫療護理人員，便有可能把隱孢子蟲傳給他人。當你仍有腹瀉或嘔吐期間，不要上班，直至最後一次排出稀爛大便或嘔吐後 48 小時。經常徹底洗手，有助你復原和減低把感染傳至他人的機會。

在日托中心的兒童如出現腹瀉，可以與其他兒童隔離而接受獨立監管，直至由父母接回。受感染的兒童不能返回日托中心，直至他 / 她最後一次排出稀爛大便或嘔吐後 48 小時。日托中心的兒童需要由成人監管下清潔雙手。

當你復原後，在數周內你的排便或仍帶有隱孢子蟲，並可以傳染他人。如廁後並進食或預備食物之前，均要以液體肥皂和清水徹底洗手。

如何預防隱孢子蟲病？

- 如果區內醫療衛生主任 (Medical Health Officer) 就社區的食水系統發出「煮沸食水建議」或通知，你要認真考慮建議。
- 如果你的免疫系統已經減弱，你應就隱孢子蟲病的罹患風險請教醫生意見。風險較高者包括帶有 HIV (人類免疫力缺乏症病毒) / 愛滋病患者、癌症病人、接受移植並服用會抑壓免疫力藥物的病人。如要份外謹慎，可依照下列步驟把食水煮沸。
- 源自水泉、溪澗、河流、湖泊、池塘或淺井的地面水，如未經處理便不要飲用，因為地面水很可能經動物糞便污染。如果露營，不要在水源 100 英尺的範圍內大、小便。
- 不要飲用未經巴氏殺菌 (消毒) 的奶或果汁。
- 使用未經處理食水調製的食物或飲料，如沒有煮熟便不要進食，在海外旅遊期間尤其要留心這點。
- **清潔雙手**—進食或處理食物前，如廁後、更換尿片後、接觸動物後均要洗手。
- 確保兒童進食前要徹底洗手，如果觸碰過寵物便尤其要小心。小孩須習慣經常洗手。
- 在性行為期間避免接觸糞便。

如何杜絕水中的隱孢子蟲？

杜絕水中的隱孢子蟲有兩種方法：

1. **煮沸**：用作飲用、製冰、清潔未煮熟的果蔬、配製奶粉、刷牙或沖洗假牙的水均應經煮沸或

過濾。煮沸食水時，沸騰時間最少維持一分鐘，然後待食水冷卻。如果身處的地方海拔高於 2,000 米 (6,562 英尺)，沸騰時間應最少兩分鐘才達至消毒效果。煮沸食水不能淨化受嚴重污染或化學污染的食水。

2. **過濾**：要隔除隱孢子蟲孢囊，過濾器的穿透孔絕對孔隙尺寸必須是 1 微米，或過濾器由國際衛生基金會 (National Sanitation Foundation，簡稱“NSF”) 認可的機構提供。壺型濾水器不能隔除隱孢子蟲。部分內置式食水過濾系統可以隔除隱孢子蟲，但要經常進行徹底的保養才能發揮過濾功效。要了解食水處理設施的認可詳情，可上網到 www.scc.ca/ (英文)。

市面上亦有其他類型的食水處理器，例如蒸餾器和綜合處理器 (過濾和紫外線)。詳情可向區內的食水淨化供應商或環境衛生官查詢。

隱孢子蟲能抵抗氯氣漂白水。 在水中加入氯氣，不能杜絕這種寄生蟲。

如要了解更多詳情，可聯絡區內的環境衛生官 (Environmental Health Officer)。



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

如欲了解較多 HealthLink BC File 課題，請瀏覽 www.HealthLinkBC.ca/healthfiles/index.stm 網頁，或到訪您區內的公共衛生單位。

如要獲取卑詩省的非緊急健康資訊和服務，可點擊 www.HealthLinkBC.ca，或致電 8-1-1。

失聰或弱聽人士如需協助，在卑詩省內可致電 7-1-1。

我們可按要求，提供 130 多種語言的翻譯服務。