



隱孢子蟲感染 Cryptosporidium Infection

甚麼是隱孢子蟲？

隱孢子蟲（*Cryptosporidium*）是一種會感染腸道的寄生蟲。受到隱孢子蟲感染而罹患的疾病便是隱孢子蟲病。與隱孢子蟲感染相關的最常見徵狀是腹瀉。

卑詩省感染隱孢子蟲的人數近年有所下降。

我怎麼會感染隱孢子蟲？

隱孢子蟲可由被感染的人或動物通過水、食物或糞便-口腔傳播。當攝入受到感染的糞便顆粒時便會發生糞便-口腔傳播。哺乳動物（如農場中飼養的動物）、鳥類、魚類和爬行動物均可攜帶隱孢子蟲。

受到污染的水是隱孢子蟲病主要的傳染源。隱孢子蟲可以在湖泊、池塘、溪澗和河流中生存。如果您游泳時嗆水或不小心吞咽了水，就可能被感染。

您也可能因食用生的或未煮熟的受隱孢子蟲感染的食物而被感染。

在有便秘失禁者和衛生條件不好的環境下（例如托兒中心），隱孢子蟲可以進行人際傳播。對於尚未完成如廁訓練的幼童而言，風險最大。這些兒童也能將感染傳給其他家庭成員。

隱孢子蟲病有何徵狀？

隱孢子蟲病會導致頻繁的水狀腹瀉、胃痙攣、噁心、嘔吐、輕微發燒和脫水。但是亦有可能您已被感染，却沒有出現徵狀。

徵狀通常在接觸寄生蟲後的 2 至 10 天內出現，平均潛伏期為 7 天。對患病前身體健康的患者來說，徵狀通常會持續 1 至 2 週。

在某些病例中，患者開始好轉後徵狀又會復發。免疫系統功能低下者的感染會持續更長時間。患有愛滋病、曾接受臟器或骨髓移植者以及曾接受癌症治療者均可能出現嚴重感染。幼童和長者可能出現脫水的風險最大。

如何診斷和治療隱孢子蟲病？

如果您覺得自己患有隱孢子蟲病，或出現持續性腹瀉或嘔吐，就要去醫護人員處就診。您可能需要提供一份大便樣本作檢驗。隱孢子蟲難以發現，所以，您可能需要提交不止一份大便樣本。

醫護人員將決定是否有必要進行藥物治療。隱孢子蟲病患者需要補充大量液體，以防脫水。

如果我感染了隱孢子蟲，該怎麼做？

隱孢子蟲由糞便傳播。因此，無法控制自身排便的腹瀉患者，不應前去上班或上學。受到隱孢子蟲感染後，如腹瀉和/或嘔吐停止尚未超過 48 小時，或當地衛生局另有具體指示，其間不得在湖泊、池塘、溪澗、河流、泳池或熱浴缸等公共水體中游泳。避免此類活動，有助於確保其他泳客不受感染。

如果您是食物處理者或醫護人員，便有可能把隱孢子蟲傳給他人。若您仍有腹瀉或嘔吐徵狀，請不要上班。在最後一次排出稀便或嘔吐後至少 48 小時內（或遵照當地衛生局的具體指示），不得返回工作場所。經常徹底洗手，這會有助於降低把感染傳至他人的機會。

日托中心的兒童如出現腹瀉，可以將其與其他兒童隔離並接受獨立監管，直至由父母接走。直至最後一次排出稀便或嘔吐的 48 小時後（或遵照當地衛生局具體指示），受感染的兒童方可返回日托中心。

日托中心的兒童在洗手時應有成人旁監督。如需了解更多資訊，請參閱 [HealthLinkBC File #85 洗手：防止病菌傳播](#)。

即使在您感覺好轉後，在數週內您的大便中仍會帶有隱孢子蟲，且仍然可能會傳染他人。

怎樣預防隱孢子蟲病？

- 如果您社區的供水系統貼出「將水煮沸」的通知，要嚴肅對待通知內容，並遵守提供的指示。
- 如果您的免疫系統功能低下，您應該與醫護人員探討自己罹患隱孢子蟲病的風險。其中包括一出生就患有嚴重影響免疫系統疾病的人士；感染 HIV 病毒且 CD4 細胞數量少於 100 個/mm³ 的人士；血癌患者；幹細胞移植受者。飲用未經過濾與消毒的地表水且免疫系統功能低下的人士，可能會一直存在被感染的風險。請參閱 [HealthLinkBC File #56 為免疫系統減弱人士預防水媒疾病](#)
- 不要飲用來自山泉、溪流、江河、湖泊、池塘或淺井且未經處理的地表水。這些水源可能已經被動物糞便污染
- 露營時，不要在水源 30 米內大便
- 不要飲用未經巴氏殺菌消毒的奶或果汁
- 進食或處理食物前、如廁後、更換尿片後、接觸動物後均要清洗雙手
- 確保兒童要經常（尤其是進食前）認真洗手，觸碰過寵物者特別要注意
- 避免食用沒有煮熟的食物或飲用未處理的水所調製的飲品，尤其是在國際旅行期間
- 採取安全的性措施，在性行為期間盡量避免接觸到糞便
- 使用公共泳池之前及之後均要淋浴

如何清除水中的隱孢子蟲？

如果您的水源來自未經處理的地表水，您需要先對水進行消毒之後方可飲用、製作冰塊、清潔未烹煮的果蔬、調製嬰兒配方奶、刷牙或沖洗假牙。您可以使用以下消毒措施清除隱孢子蟲：

把水煮沸

將水完全煮沸至少 1 分鐘。在海拔 2,000 米（6,500 英尺）以上的地方，把水煮沸最少 2 分鐘。讓水冷卻。務必把乾淨的水儲存在用於儲存食物和水的乾淨容器中。污染嚴重或被化學物質污染的水無法通過煮沸被淨化。

過濾

若要清除隱孢子蟲卵囊，濾芯的絕對孔徑要達到 1 微米或更小，且經過美國國家衛生基金會（NSF）或其他具有資質的測試機構的認證。

絕大多數水壺類濾水器不能過濾掉隱孢子蟲。有些固定式濾水系統可以清除水中的隱孢子蟲，但這些系統必須得到定期的徹底保養才能正常工作。

紫外綫（UV）處理

也可利用紫外綫消毒設備。若要瞭解更多資訊，請向當地的水淨化設備供應商或當地環境衛生官員諮詢。處理設備須經過美國國家衛生基金會（NSF）或其他具有資質的測試機構的認證，以確保它能清除或殺滅蟲卵囊。

其他處理方法

還可利用蒸餾設備和複合設備（過濾和紫外綫處理）。若要瞭解更多資訊，請向當地的水淨化設備供應商或者環境衛生官員諮詢。

隱孢子蟲對氯有抗藥性。因此，對水進行氯化處理一般不能有效地清除寄生蟲。這一點很重要。請諮詢您的供水商，詢問您的水處理方法能否有效地殺滅隱孢子蟲。僅適用氯進行消毒並不能有效地殺菌。

更多資訊

若要瞭解飲用水消毒方面的更多資訊，可參閱 [HealthLinkBC File #49b 飲用水消毒](#)，或聯繫您當地的環境衛生官員。

若要瞭解更多有關水處理設備認證方面的資訊，請瀏覽加拿大標準委員會（Standards Council of Canada）網站 www.scc.ca。

若要瞭解更多有關美國國家衛生基金會的資訊，請瀏覽 www.nsf.org。