

風疹 Rubella

什麼是風疹？

風疹也稱德國麻疹，是一種由風疹病毒引起的疾病。

通常情況下，風疹只是輕微疾病，但對懷孕人士和及其腹中正在發育的胎兒來說卻可以很嚴重。懷孕期間感染風疹可導致流產或死胎。所生下的寶寶也可能會患有嚴重的出生缺陷，包括失聰、眼疾、心臟缺陷以及肝、脾和腦部的損傷。這被稱為先天性風疹綜合症

（congenital rubella syndrome，簡稱 CRS）。在懷孕的頭三個月裡感染風疹的人士，所誕下的寶寶罹患 CRS 的概率達九成。由於例行免疫接種的普及，CRS 已非常罕見。

是否有可接種的風疹疫苗？

卑詩省提供兩種可預防風疹的疫苗：

1. 麻疹、流行性腮腺炎、風疹（MMR）疫苗
2. 麻疹、流行性腮腺炎、風疹和水痘（MMRV）疫苗

這兩種疫苗為兒童例行免疫接種計劃的一部分，兒童和其他需要預防風疹的人士均可免費接種。如需更多資訊，請參考：

[HealthLinkBC File #14a 麻疹、流行性腮腺炎、風疹（MMR）疫苗](#)

[HealthLinkBC File #14e 麻疹、腮腺炎、風疹和水痘（MMRV）混合疫苗](#)

如果我正在備孕，應該怎麼做？

如果您正處育齡，請在懷孕前確保您已對風疹具有免疫力。如果您尚未對風疹免疫（未曾患過風疹，或未接受過風疹免疫接種），應接種 MMR 疫苗，而後等待一個月再懷孕。

如果我已經懷孕，應該怎麼做？

如果您已經懷孕，且不知道自己是否對風疹免疫，醫護人員會為您安排抽血，檢查您是否對風疹免疫，這是產前保健的流程之一。如果您尚未對風疹免疫，應在分娩後（最好是出院前）進行免疫接種。作為預防措施，懷孕人士應避免接種活性疫苗，所以懷孕期間不直接種風疹疫苗。就算您不慎在孕期內接種了疫苗，也並非終止懷孕的理由，因尚未發現接種該疫苗會引起 CRS。

風疹如何傳播？

風疹經由接觸感染風疹者的唾液或口腔、喉嚨的分泌物傳播。當感染風疹的人咳嗽或打噴嚏時，風疹病毒便會經空氣中的飛沫傳播。當您吸入這些飛沫或觸碰到被病毒污染的物品和表面，便可能受到感染。與風疹患者共享食物、飲品、香菸或與接吻，都會令您有被傳染的風險。

感染後有何症狀？

風疹的症狀可能包括皮疹、發熱、關節疼痛、頭痛、不適、流鼻水及眼睛刺痛，亦可能出現耳後和頸後淋巴結腫痛。

可能有瘙癢感的皮疹會首先在臉龐出現，之後從頭到腳向下擴散，並持續 3 至 5 天。最多一半的風疹感染者不會出現皮疹症狀。

症狀通常在接觸到病毒後的 14 至 17 天出現。

如果我已經接觸了風疹病毒，應該怎麼辦？

如果您已接觸風疹患者，而您未曾患此病或接種過一劑風疹疫苗，則您應立即進行免疫接種。此舉能預防日後因接觸風疹病毒而受感染。請與您的醫護人員聯繫，安排免疫接種。

如果您正懷孕而又接觸過風疹病毒，應向醫護人員查詢，以確定是否對風疹免疫。如您接觸了風疹又不具備免疫力，則應驗血以確定是否感染了風疹。

如果我認為自己已患上風疹，應該怎麼做？

如果您出現發熱和皮疹症狀，認為自己患上了風疹，尤其是當您接觸過風疹患者或曾前往風疹爆發地區旅行，應當求診並接受檢查。您最好提前並告知診所，以便到時能盡快接受檢查，避免令他人暴露於病毒之中。風疹在候診室和急症室等處可迅速傳播。醫生或護士會為您安排在一個封閉的地方接受檢查，並確保在您就診期間候診室沒有其他病人。就診時請攜帶您的免疫接種記錄。醫護人員會對您進行身體檢查、驗血，並拭取您喉部分泌物或提取您的尿液樣本，以診斷您是否患上了風疹。

我如何才能預防把風疹傳染給他人？

風疹患者從出疹前 7 天至出疹後 7 天均有可能將病毒傳染給他人。如果您感染了風疹，可採取以下措施防止將病毒傳染給他人（尤其是懷孕人士）：

- 開始出疹後，請留在家中 7 天
- 經常洗手
- 咳嗽或打噴嚏時用紙巾或衣袖遮掩，而不要用手摀住口鼻
- 不要與他人共享食物、飲品或香煙，不要與他人接吻

在家中如何治療？

約見醫護人員後，您可在家中採取以下治療方法，幫助自己在休養和康復期間舒緩不適。

- 攝入大量液體，如水、果汁和湯等。如果您出現發燒的症狀，更要做到這一點
- 充分休息
- 如有發燒，請及時治療

如有發燒或疼痛，可服用醋氨酚 acetaminophen（例如泰諾 Tylenol®）或布洛芬 ibuprofen*（例如雅維 Advil®）。不應該給未滿 18 歲人士服用乙酰水楊酸 ASA（例如阿司匹林 Aspirin®），因為有造成雷伊氏綜合症（Reye Syndrome）的危險。

*在事先沒有與醫護人員討論的情況下，不應該給未滿 6 個月大兒童服用布洛芬。

有關雷伊氏綜合症的更多資訊，請參考 [HealthLinkBC File#84 雷伊氏綜合症](#)。



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請前往 www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-files，或造訪您當地的公共衛生單位。如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請瀏覽 www.HealthLinkBC.ca，或致電 8-1-1（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 7-1-1。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。