

香港港安醫院—荃灣

兒科專科醫生
楊萬鋒

冬季可謂呼吸道感染疾病的高峰期，尤其當兒童患上肺炎，症狀引致的不適會比成年人嚴重，並且比成年人更易急速惡化致嚴重併發症。趁農曆年外遊高峰期前夕，小編邀請香港港安醫院—荃灣兒科專科醫生楊萬鋒，為各位家長講解本地兒童肺炎的常見病原體元兇、相關症狀、對應治療及外遊預防貼士，好讓一家大小做足準備，健健康康開心過年。

兒童染肺炎 易急速惡化



■ 孩子出生後就可安排接種疫苗。

先 簡一下，肺炎是如何發生的。楊萬鋒解釋人體的鼻腔、鼻竇、咽喉和聲帶等部位屬於上呼吸道，聲帶以下的氣管、主支氣管及整個肺部均屬下呼吸道。而肺炎即肺部感染，是下呼吸道感染的一種。致病的細菌或病毒，會通過空氣中的飛沫或接觸受飛沫污染的物件表面而傳播，先經鼻孔和口腔進入呼吸道，當兒童抵抗力弱時就會受感染而出現一些感冒症狀，若身體未能及時康復並且病原體毒性高，就會直落追擊肺部引發肺炎。有些細菌例如肺炎鏈球菌，更會匿藏於兒童鼻孔內深處一段時間，當他們患流感或其他身體不適的時候就會乘機入侵中耳、鼻竇、氣管或攻襲肺部，造成肺炎。

常見病原體 家長勿輕視

受病毒或細菌感染而引發的肺炎均屬

接種疫苗 最佳預防

預防兒童肺炎及減低肺炎嚴重併發症的風險，楊萬鋒提醒家長切記以下幾點：

- 孩子出世後，要跟指引接種百日咳、麻疹、肺炎鏈球菌疫苗，幫助有效預防相對併發的肺炎。香港兒童免疫接種計劃於去年8月5日起，已為合資格兒童提供十五價肺炎球菌結合疫苗，加強兒童相關免疫力。至於嗜血桿菌感染因較罕見於本地華人，現只有私家醫療機構引入乙型流感嗜血桿菌疫苗，有需要可向醫生查詢。
- 維持兒童飲食有足夠而均衡的營養，並有充足的休息，以保持抵抗力。
- 避免孩子長期處於充斥煙草和煙霧瀰漫的環境下，以免增加他們患呼吸感染的風險。
- 按兒童身體情況及生活風險，接種流感疫苗以避免流感繼發肺炎。

傳染性疾病。在本港，疫情過後兒童肺炎的常見病原體有：

- 病毒類：呼吸道合胞病毒（RSV）、流感病毒、腺病毒等；
- 細菌類：肺炎支原體、肺炎鏈球菌，嗜血桿菌。

近年肺炎支原體和肺炎鏈球菌分別引起的兒童細菌性肺炎漸見活躍，故家長亦不能輕視。

患有肺炎的病童，頭一兩天會出現發燒、咳嗽、流鼻水等上呼吸道感染症狀，隨後就會有下呼吸道感染的症狀，常見包括：咳嗽愈來愈嚴重，並有痰聲，年齡稍大的甚至可咳出痰；甚或兼出現呼吸困難、氣喘。惟其實當出現這些下呼吸道症狀時已代表有肺炎，此外，由於症狀影響到呼吸，病童也會沒精打彩、疲倦及胃口很差。

楊萬鋒表示，大多兒童肺炎的個案是急性肺炎，但亦有少數兒童及青少年因本身患有肺結核而引發慢性肺炎，症狀未必是急性發作，反而是例如發燒及咳嗽可長達數個星期之久，並且出現體重下降。

免疫系統未成熟 5歲以下高危

年幼的兒童免疫系統尚未成熟，因此當他們患上肺炎，會較易急速惡化而造成如呼吸衰竭、細菌入血至休克等命危情況，尤其5歲以下更高危。好像肺炎支原體引致的肺炎，嚴重時有可能併發溶血性

搞好個人衛生預防感染

由於肺炎支原體仍未有預防疫苗，在外遊或身處機/船艙、鐵路車廂、餐廳、旅遊景點等時，想減低感染該病菌而致肺炎的風險，楊萬鋒建議家長日常應教導小孩子保持良好的個人衛生習慣，包括：

- 戒掉經常揉眼、擦鼻/牙及吸手指的壞習慣；有需要觸摸鼻或眼，以及進食前、如廁後，均須先清潔雙手。
- 洗手時盡可能以視液搓手20秒，再用清水沖洗，此方法比只用酒精濕紙巾更能有效清潔手部的病毒和細菌。
- 外遊時緊記保暖，以及保持充足休息，不要玩得太晚，以免削弱身體抵抗力。



貧血和腦炎。肺炎鏈球菌引致的肺炎則死亡率及併發症風險又會比肺炎支原體感染高。而且肺炎鏈球菌也可導致流感併發的繼發性細菌性肺炎，嚴重可致化膿性肺炎，即肺部含膿及呈「白肺」，並會有肺積水，或甚可永久損害肺功能。因此，當家中孩子有呼吸道異常的症狀，須立即將之帶去求醫，讓醫生診斷出由哪一種病原體引起感染，從而採取相應的適切治療方案。

診斷過程中，醫生會問診及聽肺部上方有否雜音，並安排照X光以檢視有否出現「花」的情況。若病童確診肺炎並要入院留醫會取鼻液鼻咽或痰樣本作病毒及細菌化驗，以及抽血檢視白血球及炎性指數，並視乎情況為其提供靜脈注射以補充水分，有嚴重呼吸困難則需接受氧氣甚或呼吸機治療。

楊萬鋒指無論確診是肺炎支原體引起抑或肺炎鏈球菌引起的肺炎，均須服用各自處方的相應抗生素作治療。由流感病毒引起的

肺炎則用相應的處方抗病毒劑來醫治。至於腺病毒、副肺炎病毒引起的肺炎，就只能給予舒緩相關症狀的藥物，要靠病童本身的免疫功能來對抗病原體。若肺炎病童只需在家養病，家長及照顧者緊記即使子女已退燒，也必須按指示完成整個抗生素療程。雖然肺炎支原體及肺炎鏈球菌感染而引起的細菌性肺炎，容易出現抗藥性，猶幸接受適當的抗生素治療後，大部分小孩均可完全康復。

■ 懷疑感染兒童肺炎，應立即求醫。

