

▲埃及伊蚊可傳播寨卡病毒

美聯社



寨卡病毒 (Zika Virus) 近期在全球多地爆發流行，其中，鄰近香港的新加坡短期內出現疫情爆發，截至9月11日，當地感染人數已超過300人；香港、內地及台灣均出現了輸入性病例。今年2月，世界衛生組織 (WHO) 宣布寨卡病毒爆發成為繼SARS、H1N1等以來的第四次「國際關注的突發公共衛生事件」。

在此形勢之下，香港是否正面臨疾病爆發的風險？我們應該如何面對？為此，《大公報》採訪了社會醫學專家王雪萊。

大公報記者 湯艾加



▲社會醫學專家王雪萊
大公報記者湯艾加攝

寨卡病毒或致畸胎

醫學界研開發疫苗預防



▲掃此QR code，上大公網瀏覽更多健康資訊

記者：寨卡病毒緣何成爲世界矚目的公共衛生事件？

王雪萊：寨卡病毒對世界構成威脅的關鍵在於，其傳播和爆發的範圍和態勢。追溯歷史，寨卡病毒最早於1947年提取自烏干達森林中的一隻恆河猴；1968年在非洲首次從人類身體上分離出來；自此，它一直盤踞在赤道附近非洲和亞洲狹長地帶。在沉寂了半個多世紀之後，寨卡病毒彷彿一夜之間突然蘇醒一樣，開始肆虐且來勢洶洶。2014年，寨卡病毒向東橫跨太平洋的法屬波利尼西亞，經復活節島，於2015年到達南美洲、中美洲和加勒比海地區，並在此造成大流行。僅2015年5月至2016年1月間，在巴西造成了150萬人受累，有4000例以上受感染孕婦分娩了小頭畸形兒，被認爲與孕期感染寨卡病毒有關。目前，寨卡病毒在全球四大洲、72個國家和地區出現了傳播流行。從流行病學角度看，一種傳染病倘若感染衆多人口，稱爲流行病；若在全球範圍內跨洲傳播，則稱

爲大流行 (pandemic)。而寨卡的爆發趨勢、流行範圍與傳播速度，使其成爲「國際關注的突發公共衛生事件」。

暫無治療方法

記者：成人感染寨卡病毒後，徵狀並不明顯，是什麼引起廣泛不安呢？

王雪萊：寨卡病毒通過蚊子叮咬感染者傳播，傳播途徑隱匿，難以控制；受感染者徵狀輕微，較難覺察；而寨卡病毒對正在孕育的胎兒有着特殊的毀壞力，被認爲可能導致胎兒腦神經系統發育異常，表現爲腦生長遲緩，腦重量減輕，因而孩子出生後智力及身體的發育都落後於常人，出現語言及行爲發育障礙，孩子的整體壽命也會縮短。正如巴西爆發流行時所統計，有4000例感染過寨卡病毒的孕婦分娩了患有小頭症的畸形兒，比正常產婦高20倍。傳播迅速而隱蔽，後果極其嚴重，目前尚無疫苗和有效治療方法，這正是寨卡病毒爆發格外引人關注的原因。

記者：寨卡病毒感染有哪些徵狀和表現？

王雪萊：寨卡病毒經由埃及伊蚊傳播，被帶有病毒的蚊子叮咬後，經過3至12天潛伏期後，部分人僅會出現溫和發燒、出疹子和紅眼等症狀，持續大約一周可自愈。估計約8成感染者無任何徵狀，所以假若沒有懷孕，不需要過於恐慌。

記者：寨卡病毒與小頭症的確切關係究竟如何？

王雪萊：資料表明，在懷孕期間有寨卡病毒感染的母親，她的新生兒畸形的風險會增加。病毒感染孕婦後，可能會通過母嬰傳播管道，或胎盤感染，進一步導致胎兒畸形和神經系統發育異常及腦損傷。然而，這個懷疑迄今並沒有得到充分證據支援。因此，審慎的說法是：寨卡病毒感染與小頭症具有較強關聯性，卻並無確切因果聯繫的證據。

故此，孕婦應盡量避免感染病毒的機會。對於有去過疫區的孕婦應該及時檢測血液，查明有無感染；有感染者應該監控胎兒B超，檢測腦部發育情況。對於丈夫有

疫區旅遊史者應使用避孕套，阻止性傳播途徑造成孕婦感染。而對於有生育計劃者，應該做好一切感染病毒的防範措施，或選擇推遲生育計劃。

記者：針對保護孕婦與胎兒健康，有無具體措施及設想？

王雪萊：目前醫學界正探索研製有效疫苗。今年1月，倫敦衛生與熱帶醫學院的Laura Rodriguez教授強調發展寨卡病毒疫苗的重要性，應該如同德國麻疹疫苗一樣給予有生育計劃的女性接種以防止懷孕時受到寨卡病毒感染，導致畸胎。

多個謎團未解

對於香港市民，目前可參考遵循「2226原則」，即：1、針對前往寨卡病毒「疫區」旅行或逗留的人群，在返國、返港2周內如有不適，應盡速就醫並告知醫生旅遊史；2、曾在「疫區」旅行或逗留的女性無論有無疑似徵狀，應延後2個月懷孕；男性如無出現疑似徵狀，也要在2個月內避免性行爲或正確使用保險套。3、無論男女，若出

現疑似感染徵狀，應至少6個月避免性行爲或正確避孕以避免誕下畸形嬰兒。

記者：從社會醫學的角度，我們應該如何共同抗擊寨卡病毒？

王雪萊：社會各界高度重視此事件的同時，更加需要大家的通力合作，政府部門應該加強資源整合與經費投入，以監控疫情、改善衛生環境、教育公衆、研發科技，例如研究並解開寨卡病毒感染、發病、傳播的許多未解之謎，這包括：病毒的宿主、致病機理、基因變異、與其他感染原的協同作用機理等；在疫情爆發地區如何管理感染人群與病毒攜帶者的隔離與治療，也爲各地政府帶來了挑戰。

從社會醫學的角度看，每一次公共衛生突發事件的爆發在某種意義上都間接促進了社會、科學與人類的進步，同時也給我們帶來思考：人類在與大自然和諧共處又不斷進步的文明歷程中，在當今全球化、工業化和大規模生產高速發展之時，始終應該對我們賴以生存的大自然心存敬畏。
社會醫學系列四之二



▲新加坡在短時間爆發疫情，有關方面已加強滅蚊措施 資料圖片



▼患有小頭症的孩子，壽命也會縮短 網絡圖片



▲寨卡病毒大流行之際，孕婦應採取預防措施，避免受到感染 網絡圖片

防蚊有方

大公報記者 陳惠芳

預防感染寨卡病毒勝於治療，雖然不是百分百保證，起碼先保護自己，減低中招機會。多項研究發現，易招蚊的人，除了和血型、體溫、衣服顏色等因素有關外，進食某些食物後，人也容易招惹蚊子。

以下爲六種易招蚊子的食物，供大家參考。

- 1、戒飲啤酒——雖然「蚊子愛叮飲酒者」的具體機理尚不完全清楚，但有一種理論認爲，這可能與酒後血液酒精濃度增加以及體溫升高有關。
- 2、含鉀食物——人體皮膚自然分泌乳酸，而乳酸容易招惹蚊子。香蕉、薯仔、葡萄乾等富鉀食物會增加皮膚的乳酸分泌量。但這些是有益健康的食物，吃後注意防蚊即可。
- 3、鹹味食物——薯片、火腿等鹹味食

品以及鹹菜等醃製的高鈉食物吃多了，同樣容易增加乳酸分泌量。

4、美味甜品——無論是蛋糕還是雪糕，甜品都帶有糖精香氣，吃後易吸引蚊蟲。

5、紅肉食物——過量攝入肉食（特別是紅肉）容易導致膽固醇升高，膽固醇水平偏高的人群易招蚊子，所以應多吃蔬果和瘦肉。

6、奶類製品——芝士、乳酪、牛奶等奶製品吃多了，導致身體產生大量的乳酸，易惹蚊子。

除了食物之外，驅蚊方法也有很多種，如戶外多用蚊拍、驅蚊貼，近來較流行驅蚊手帶，由於五顏六色，戴在手上很型，大受年輕人歡迎。至於家居防蚊，殺蟲劑是蚊香的主要成分，但因蚊香的煙霧

會使嬰兒不舒服，無煙類的蚊香也難免有煙霧，嬰兒的呼吸系統還沒有發育完善，房間內不宜用蚊香。而電蚊香是利用熱氣蒸發出除蟲菊精，除蟲菊精毒性較小，但電蚊香對微生物畢竟有較強的殺傷性，有嬰幼兒的家庭盡量不用爲好。而殺蟲劑是一種毒性較強的液體，是蚊子的第一殺手，是好多家庭的必備品。殺蟲劑的種類應經常更換，以免蚊子產生耐藥性。

其實以紗窗驅蚊，是最便捷的方法，可是港人覺得床上掛蚊帳「老套」，所以很多人關上所有窗並開空調，防止蚊蟲進入室內。另外，亦有老人家教用水果皮驅蚊，蚊子不喜歡的氣味是柑皮、薄荷、丁香、薰衣草、香茅、桉樹、天竺葵、百里香等。如將橙皮晾乾後包在絲襪中，放在牆角，其散發出來的氣味就可防蚊。

人生最怕病來磨

杏林細語 >>> 大公報記者 陳惠芳

糖尿病險死

還有一名三十多歲男士，曾因糖尿病引發的併發症，一度徘徊生死邊緣。那時醫生告訴其家人要作最壞準備。但這男士很好彩，留醫個多月病愈，但要長期覆診。如今他要打針控制糖尿病，惟不時有氣喘情況，家人關懷問他，他又不作回應，有時還會給家人面色看。該男士家人已習慣他的脾性，他不舒服

亦不敢多問。

事實上，如果病者到公立醫院要求相關檢查，如非緊急，病者起碼排一至兩年。有名男士的臉生了一粒大疣，擔心病變，於二〇一五年求診公立醫院，先由普通科寫紙轉介皮膚科，醫生診治後，認爲病變機會很微。醫生問他，如要切掉大疣便轉介他到外科部門排期，那男士心想最多排一、兩年左右，怎知編出的日期竟是二〇二一年。那男士說

他已五十七歲了，六年後已是六十三歲。護士問他還會繼續排期嗎？他說：「排！」男士表示，連護士也爲之愕然，可能以爲等這麼多年，很多人都會放棄，但他覺得他是納稅人，有權享受醫療福利，爲何放棄？

年輕惜健康

香港人平均壽命之長於今年超越日本，其中一個原因是香港這彈丸之地，

救護車可以在最短時間內將病者送往醫院急救，大大降低死亡率。惟港人工作壓力大，加上年輕人夜蒲減壓，其實對健康早已埋下炸彈，只是香港醫療制度完善，能救回很多人命。

長命是好事，生存質素更加重要。以上三個例子，明白到有些病防不勝防，但有些病是自己平時飲食造成，至於那個相信公立醫院一條龍服務的男士，萬一有些病等不到，便要掏腰包看私家醫生。不過，有些私家醫生的醫藥費，也非一般普通市民所能負擔得來。

愛惜自己，就從年輕開始，健康是需要經營的。

原來入住老人院，再不是老人家的「專利」。有很多半私營老人院，會接收一些輕微精神病患者，亦有一些年輕人因病行動不便，得不到家人長期照顧，最終提早入老人院。

上一輩老年人，常說老來就多病痛，到今日二十一世紀，不是老來多病，未老也會多病。

早前有一名二十多歲的年輕人因急性心臟衰竭急需換心，他排在換心第一位，亦幸運地得到屍心並進行移植，行到這一步，家人以及醫護人員均盼他大步邁過，可惜病者一直病情反覆，最終英年早逝。