

健康新聞集錦

資料來源／衛生署 摘錄整理／編輯部

進入食物中毒高峰期，「五要」保平安

每年5-10月是食物中毒的高峰期，高溫多濕的氣候，適合各種微生物繁殖，食物容易腐敗，衛生署呼籲民眾必須特別注意食物的處理與保存。

衛生署最近公布今年第一季的食物中毒案例統計，1-3月累計至少65件，共有667人發病、440人就醫，平均每1.4天發生1件，頻率相當高。至於發生食物中毒的地點，38.5%在餐廳，居首位；其次是大量製作團膳的學校，占27.7%；喜慶外燴占7.7%，另有13.8%在自宅發生。

送驗檢體被檢出的嫌疑病菌，檢出率前三高分別是仙人掌桿菌、金黃色葡萄球菌與腸炎弧菌。衛生署提出「五要」原則，呼籲民眾務必遵守，以防病從口入。這「五要」是：

1. **要洗手**：調理食品前後都要徹底洗手，手部有傷口要先包紮。
2. **要新鮮**：食材要新鮮衛生，用水必須乾淨無虞。
3. **要將生熟食分開**：用不同器具處理生熟食，避免交互污染。
4. **要徹底加熱**：超過70°C，細菌才容易被消滅。
5. **要注意保存溫度**：低於5°C才能抑制細菌生長，食物在室溫下不宜放置過久。

感染腸病毒出現重症前兆，快送大醫院

腸病毒對嬰幼兒的威脅至鉅，衛生署疾病管制局針對有幼兒的家庭進行調查，發現95%的照護者知道「勤洗手」是預防感染腸病毒的正確方法，70%的照護者對腸病毒重症前兆病徵有正確認知。但令人憂心的是，如果孩子出現疑似重症前兆的病徵，仍有30%的照護者會帶到診所就醫。



疾管局這項調查是以家中有6個月至3歲幼兒的家庭為對象。調查顯示，在所有腸病毒重症前兆的病徵中，家長對「活動力不佳」及「持續嘔吐」的認知程度較高，對「手腳無力」與「嗜睡」的認知較低。孩子感染腸病毒之後，93%的照護者會依醫師指示治療，讓孩子在家休息，對腸病毒的正确認知已普遍提升。

只是，低教育程度及高齡照護者，對「腸病毒重症前兆病徵」及「出現疑似症狀時應帶往大醫院治療」的正确認知均偏低。由於國內不少雙薪家庭是將嬰幼兒交給老一輩照顧，在這方面的宣導需要特別加強。

根據疾管局資料統計，今年截至4月21日止，腸病毒重症個案共計13例，死亡1例，型別仍以71型為主。腸病毒適合在濕熱環境生存與傳播，台灣地處亞熱帶，因此全年都有個案發生。由於腸病毒71型較易引起嚴重併發症及死亡，如未能於出現疑似重症前兆病徵時，立即轉送大醫院治療，將錯失治療黃金時間，民眾不可掉以輕心。

克流感別亂吃，過早服用易致抗藥性

國外H1N1新型流感疫情升溫，已有民眾未雨綢繆，自行到藥局購買克流感，以備「不時之需」。其實，克流感若過早使用，反而可能產生抗藥性，日後如果真的需要用藥，將失去應有的療效。

衛生署表示，克流感是一種神經胺酸抑制劑、抗流感病毒藥劑，使用後可縮短病程、減輕病情嚴重度與降低併發症發生率，為醫師處方用藥。衛生署核准進口的為克流感膠囊75公絲（TAMIFLU CAPSULES 75MG）及克流感口服懸液用粉劑（TAMIFLU POWDER FOR ORAL SUSPENSION）。

藥事法第50條規定，須由醫師處方的藥品，非經醫師處方，不得調劑供應，藥局、藥房違反規定者，依同法第92條處新台幣3萬元以上、15萬元以下的罰鍰。因此，民眾如有發燒、感冒症狀，應立即就醫。自行買藥儲存，一懷疑自己或家人感冒便給服克流感的作法，實屬不智。





含水楊酸鹽類凝膠，英國禁止用於16歲以下患者

英國衛生部於日前發布藥品安全資訊指出，口服水楊酸鹽類（Salicylate）凝膠不得用於16歲以下的兒童或青少年，因為該類藥品可能與雷氏症候群（Reye's Syndrome）有關。雷氏症候群罕見但嚴重，一旦罹病，可能損壞肝臟或腦部。

衛生署91年公告的「指示藥品審查基準綜合感冒劑」，規定含水楊酸類藥品應加註警語：「本藥不得使用於兒童或20歲以下青少年之水痘或流行性感冒症狀之解除，因其可能與一種罕見而嚴重之疾病－雷氏症候群有相關性。」衛生署將彙整相關資料，再評估該類藥品用於16-20歲青少年的安全性。

全國藥物不良反應資料庫迄今尚無疑似因使用水楊酸藥品導致雷氏症候群的不良反應通報案件，但衛生署呼籲醫療人員及病患，在尚未公告新的評估結果以前，對於青少年及兒童，水楊酸類藥品均應慎用。

口服水楊酸鹽類凝膠與阿斯匹靈（Aspirin, Acetylsalicylic acid, 乙醯水楊酸）一樣，可用於解除流行性感冒症狀或疼痛，還能預防手術後的血栓形成及心肌梗塞。大部分發生雷氏症候群的病患是兒童，雖然確切原因不明，但有證據顯示兩種情況容易導致雷氏症候群，一是曾受病毒感染（例如流行性感冒病毒或水痘病毒等），二是先前用過阿斯匹靈者，尤其是16歲以下兒童或青少年的風險更高。⊕