

# 中東呼吸綜合症

## 病原體

中東呼吸綜合症是由一種新發現的冠狀病毒引致的呼吸道疾病。這種冠狀病毒在 2012 年於沙特阿拉伯首次被發現。冠狀病毒可分為很多種類，包括可能導致輕微疾病如傷風的病毒，和可引致嚴重疾病如嚴重急性呼吸系統綜合症(沙士)的病毒。而中東呼吸綜合症冠狀病毒屬於的類別，以往從未在人類中發現，亦跟以往在人類或動物中發現的冠狀病毒(包括引致「沙士」的冠狀病毒)不同。

## 病徵

- 患者可出現急性嚴重呼吸系統疾病，病徵包括發燒、咳嗽、呼吸急促和困難。
- 可出現肺炎或腎臟衰竭等嚴重併發症。
- 有些患者有腸胃方面的症狀，如腹瀉、噁心或嘔吐。
- 免疫力較弱的患者，可出現非典型病徵。
- 有些確診個案並沒有任何病徵。

## 傳播途徑

現時仍未完全確定，病毒可能透過接觸動物(尤其是駱駝)、環境或確診患者(例如在醫院內)而受感染。據目前的資料顯示，中東呼吸綜合症冠狀病毒會經由緊密接觸而出現人傳人的情況。有眾多個案為繼發性個案，即透過接觸確診患者而受感染。此外，科學研究顯示單峰駱駝屬中東呼吸綜合症冠狀病毒的主要宿主，亦是人類受感染的動物來源。

## 潛伏期

潛伏期為 2-14 天

## 治理方法

現時並未有針對性治療此病的方法，主要為支援性治療。

## 預防方法

目前並沒有預防中東呼吸綜合症的疫苗。因此，不論在本港或外遊期間，如出現呼吸道感染病徵時，應佩戴外科口罩，並盡快求診，及應該做好以下的預防措施：

### 1. 保持良好的個人衛生

- 經常保持雙手清潔，尤其在觸摸口、鼻或眼之前、觸摸扶手或門把等公共設施後，或當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後，應徹底清潔雙手。
- 洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少 20 秒，用水過清並用抹手紙或乾手機弄乾。
- 如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，可使用含有 70-80% 的酒精搓手液潔淨雙手。
- 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋的垃圾箱內，然後徹底清潔雙手。
- 當出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，不應上班或上學，避免前往人多擠逼的地方，及盡早向醫生求診。
- 保持均衡飲食、恆常運動、充足休息、不要吸煙和避免酗酒，以建立良好身體抵抗力。

## 2. 保持良好的環境衛生

雖然冠狀病毒可能會在環境存活一段時間，但一般清潔劑都能輕易地消滅此病毒。我們切記要：

- 定期清潔和消毒常接觸的表面，如傢俬、玩具和共用物件。使用 1 比 99 稀釋家用漂白水(即把 1 份 5.25%漂白水與99 份清水混和)消毒，待15 - 30 分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用 70%火酒清潔消毒。
- 用吸水力強的即棄抹巾清理可見的污物，如呼吸道分泌物，然後用1 比 49 稀釋家用漂白水(即把 1 份 5.25%漂白水與 49 份清水混和)消毒被污染的地方及鄰近各處，待15 - 30 分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面則可用 70%火酒清潔消毒。
- 保持室內空氣流通。避免前往人多擠逼、空氣欠流通的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩。

## 3. 旅遊健康建議

長期病患者(包括糖尿病、慢性肺病、腎功能衰竭或免疫力抑制性的疾病)於旅途中較易出現健康問題，包括感染中東呼吸綜合症，因此，旅客應該於出發前最少 6 星期諮詢醫生意見並評估旅遊風險：

- 避免到訪農場、農莊及有駱駝的市集和避免接觸動物特別是駱駝，包括騎駱駝或涉及接觸駱駝的活動。一旦曾到訪該處或接觸動物前後均應洗手。
- 避免近距離接觸病人，特別是有急性呼吸道感染症狀的病人，及避免到中東呼吸綜合症病人入住的醫護環境。
- 應注意食物安全和衛生，避免進食或飲用生或未徹底煮熟的動物產品，包括奶類和肉類，或食用可能被動物分泌物、排泄物(例如尿液)污染的食物，除非已經煮熟、洗淨或已完全去皮。
- 如感到不適，應佩戴外科口罩及盡快求醫。
  - 出發前：延遲行程，直至痊癒。
  - 在海外：告知酒店工作人員或領隊。
  - 返港後：求診時，告知醫生近期的旅遊紀錄，包括過境之處。

## 4. 給朝覲人士的建議

- 患有長期病患如糖尿病、慢性肺病、慢性腎病或免疫系統疾病等的人士如接觸到中東呼吸綜合症的病毒，患上嚴重中東呼吸綜合症的機會會增加。因此，出發前，應先諮詢醫生的意見，評估風險以了解是否適宜參加此次旅程。如正患有急性呼吸系統疾病，出現發燒和咳嗽的病徵，即應延遲旅程。
- 打噴嚏或咳嗽時應掩蓋口鼻，在接觸呼吸道分泌物後清潔雙手，如不可行，可咳嗽或打噴嚏到衣袖上；如有急性發熱呼吸道症狀，應與其他人保持一米的距離。
- 如在朝聖期間出現急性呼吸道疾病、發燒和咳嗽(嚴重至足以影響日常生活)，應該：
  - 向隨團醫護人員或當地醫療服務處報告；
  - 避免到人多擠逼的地方和應自我隔離直至沒有呼吸道病徵。如未能隔離，在人多擠逼的地方，應戴上外科口罩或用紙巾掩蓋口鼻。

如返港後兩星期內有身體不適，應佩戴外科口罩，立即求診並告訴醫生你近期的外遊紀錄，包括過境之處。