

# 預防蚊蟲傳播的疾病

登革熱、寨卡病毒、日本腦炎、瘧疾及黃熱病是透過蚊叮傳染的疾病。旅行人士在出發到受上述病毒影響的地區前可向醫生或衛生署旅遊健康中心查詢有關疾病的資料及預防方法。任何人士如於旅遊後出現發熱或身體不適，應立即向醫生求醫，並說明曾到過的旅遊地方。



疾病	持續傳播的國家及地區	潛伏期	徵狀	併發症
登革熱	東南亞、南亞洲、太平洋區、非洲及中美洲	3-14 日	高燒、嚴重頭痛、眼窩後疼痛、肌肉及關節痛、嘔心、嘔吐、淋巴結腫脹以及出疹	血液循環系統衰竭、休克
寨卡病毒	非洲、美洲、亞洲和太平洋地區	一般於被感染的蚊子叮咬後 2-7 日出現病徵	大部份沒有病徵。少部分會出現病徵包括皮疹、發燒、結膜炎、肌肉或關節疼痛和疲累	影響懷孕(初生嬰兒出現小頭症)、其他神經系統及自身免疫性的併發症
日本腦炎	東亞及東南亞大部分地區	4-14 日	大部份沒有明顯病徵，或只有發燒及頭痛等輕微病徵出現	腦部、神經系統受損
瘧疾	熱帶及亞熱帶地區	7-30 日	發燒、發冷、頭痛、肌肉疼痛和無力、咳嗽、嘔吐、腹瀉及肚痛	貧血、痙攣、血液循環系統衰竭、器官衰竭及昏迷
黃熱病	中非及南美洲	3-6 日	發熱、發冷、頭痛、全身肌肉疼痛、乏力、疲倦、噁心、嘔吐	高燒、黃疸病、出血、休克和多種器官衰竭

## 一般預防方法

- 應穿著寬鬆、淺色的長袖上衣和長褲(尤其是晚間外出時)；
- 外出時於外露的皮膚及衣服上搽上含有避蚊胺，即 DEET 成分的蚊蟲驅避劑，並依照指示重複使用；
- 在戶外避免使用有香味的化妝品或護膚品；
- 出外旅遊時：
  - ◇ 住宿於有空調或裝有防蚊網的地方；
  - ◇ 如果住宿的地方沒有隔蚊或空調設施，最好使用殺蚊噴劑及睡在蚊帳內；
  - ◇ 如打算前往疫症流行的地區或國家，應在出發前 6 星期或更早諮詢醫生，並採取額外的預防措施，避免受到蚊蟲叮咬；



◇ 如要前往有疫症流行的山林地區或郊外旅行，應帶備便攜式蚊帳，並在蚊帳上使用氯菊酯(一種殺蟲劑)。切勿將氯菊酯塗在皮膚上，如感到不適，盡早求醫；



◇ 旅遊人士從受影響地區回港後 14 天內須繼續使用蚊蟲驅避劑。若感到身體不適，如發燒，應盡快求醫，並將行程細節告知醫生；

◇ 孕婦及 6 個月或以上的兒童可以使用含避蚊胺成分的昆蟲驅避劑。如兒童前往蚊傳疾病流行的國家或地區而有機會被蚊叮咬，兩個月或以上的兒童可使用濃度上限為 30% 的避蚊胺。



關於使用昆蟲驅避劑的詳情，

可參閱網站：<https://www.chp.gov.hk/tc/features/38927.html>



### ● 防止積水：

- ◇ 每星期為花瓶換水一次及清理花盆底的積水；
- ◇ 緊蓋儲水器皿；
- ◇ 確保冷氣機底盤沒有積水；
- ◇ 把用完的罐子和瓶子放進有蓋的垃圾桶內；



### ● 避免蚊蟲滋生：

- ◇ 應妥善存放食物及處理垃圾
- ◇ 定期檢查並替寵物及其寢具除蟲



## 特別預防方法

- 服用預防藥物或作疫苗注射可減少感染以上疾病的機會，衛生署轄下的兩間旅遊健康中心均有提供此收費服務，詳情可致電中心或向醫生查詢。



## 衛生署港口衛生處

### ■ 旅遊健康中心(港島區)

地址：灣仔皇后大道東 213 號胡忠大廈 18 樓 26 室

電話：2961 8840

### ■ 旅遊健康中心(九龍區)

地址：長沙灣道 303 號長沙灣政府合署 1 樓

電話：2150 7235

衛生署旅遊健康服務網址：<https://www.travelhealth.gov.hk/>

