

腺熱

腺熱，亦稱為「傳染性單核細胞增多症」，是由愛—巴氏病毒 (EBV) 引致的感染。此病毒屬於疱疹類，像其他疱疹種類一樣，能傳染人而不引起任何病徵。EBV 非常普遍，大部分成年人到 40 歲時，血液中都帶有 EBV，顯示他們曾一度受到感染。

病徵出現時，大部分人的腺熱可在數星期內痊癒。但在少數的病例裏，它卻可導致嚴重的併發症。

哪些人最容易患上腺熱？為甚麼？

在青少年或少壯時期感染 EBV，病徵會有較大機會出現。腺熱的病毒是透過接觸傳染的，它由一個人的唾液傳給另一個人，所以它俗稱「接吻病」。事實上，接吻並非傳播病毒的唯一途徑，咳嗽和打噴嚏可留下受了感染的黏液和唾液於空氣中，使其他人在呼吸時無意間一併吸入體內。與受感染的人共用器皿分享食物或飲料，也可傳播病毒。此外，也有人曾在輸血時受到感染，但這種情況甚為罕見。

腺熱的病徵

當患者感染了病毒，病徵約需 4 至 6 星期後才出現。一般包括以下其中一個或多個症狀：

- 喉嚨痛
- 扁桃腺腫脹
- 頸部淋巴核（「腺」）腫脹，或腋下和腹股溝的淋巴核腫脹（後兩者較少見）
- 發燒
- 類似流感的病徵：發燒、疼痛、頭痛和沒有食慾
- 疲勞（可達嚴重程度）
- 出疹（通常並不痕癢）
- 眼睛腫脹

這些病徵大部分會在 2 至 4 個星期後消失，但疲勞卻可持續數星期或數月，患者因而會感到情緒低落或沮喪。不過，患者一旦康復，通常都不會再受感染。

可出現的併發症

腺熱極少出現併發症，但也有例外。可能出現的併發症包括脾臟腫脹甚至破裂，另外還有肝炎以及肝炎導致的黃疸和貧血（缺乏紅血球）。

診斷

如果病徵顯示你或你的孩子患上腺熱，你便應找醫生診治。腺熱通常可由血液檢驗診斷出來，稱為「保一邦二氏試驗」或 Monospot test。如果基於某些原因，這項檢驗的結未能作準，則可採用其他血液測試，如 EBV 抗體試驗。除此之外，咽喉拭子（從咽喉取出唾液和黏液的樣本）可以排除其他咽喉感染的可能性。

治療

現時未有專門的醫療法可治療腺熱，請看下文有關家庭療法的建議。由於腺熱是由病毒引起的疾病，使用抗生素不會有效。身體的免疫系統其實會產生抗體來對抗病毒。普通科醫生有時會把腺熱的病徵錯誤判斷為細菌感染而給予抗生素處方，結果可能引致皮疹擴散。

有時候，扁桃腺增大到足以干擾吞嚥或呼吸，患者可能需要住院及接受類固醇治療。施手術的機會微乎其微，除非脾臟破裂了要被切除時，才需要施手術，否則極少情況需要動手術。

家庭療法

- 在家裏休息，喝大量飲料，特別是開水和果汁
- 減低壓力或作劇烈運動，這樣做會拖慢康復的進度。因此，學生若於考試期間患上腺熱，影響可以很大

- 在 6 至 8 星期內避免做需要身體接觸的運動，以免脾臟增大
- 成人可以用撲息熱痛 (paracetamol)、異丁苯丙酸 (ibuprofen) 或阿士匹靈 (aspirin) 來治理發燒和頭痛。用阿士匹靈漱口可幫助減低喉痛所帶來的不適。12 歲以下的小孩一定不可用阿士匹靈，最近甚至有人建議青年人也應避免使用，他們比較適合服用 paracetamol 或 ibuprofen 配方。小孩宜服用水劑藥物，如醋氨酚 (Panadol) 或 Nurofen

感染期間，病毒會在咽喉裏停留一段時間，最長可達一年。不過，痊癒之後，病毒儘管有機會活化，實際上往往只會長時間保持休眠狀態。

怎樣避免傳播腺熱

現在沒有疫苗可預防腺熱，但以下方法可防止傳播腺熱病毒：

- 避免與最近或曾經受感染的人有任何親密接觸和接吻
- 不要與患有腺熱的人共用器皿、衣服或毛巾

索取更多資料

Association of Medical Microbiologists

<http://www.nhsdirect.nhs.uk/innerpage2.asp?Code=FG&Topic=171>

National Center for Infectious Diseases

<http://www.cdc.gov/ncidod/diseases/ebv.htm>

Public Health - Department of Human Services, Victoria, Australia

http://www.dhs.vic.gov.au/phd/hprot/inf_dis/bluebook/inmono.htm

智康資源中心

電話：(852) 2849 2400

傳真：(852) 2849 2900

電郵：info@healthwise.org.hk

網址：www.healthwise.org.hk

本資訊謹用作參考用途，如欲索取詳細意見及專業建議，請向您的私人醫生查詢。

Supported by
www.healthwise.org.hk



Sponsored by
BUPA



Assured by
The University of HK

