



講義 #1.1

# 瞭解 疾病傳播

在托兒所的兒童和嬰兒有較大的比例患上傳染性的疾病。同時，他們得到抗生素耐菌性細胞的風險也更高。防止托兒所內傳染性疾病的發生會有效地幫助家庭和托兒工作者提高生活的質素，節省時間，醫療費用，並且減少失去工作的機會。

## 傳染性的疾病是什麼？

疾病是由感染引起的，從身體侵入的某些特別的菌，例如病毒、細菌、真菌、寄生蟲特定的細菌，都被稱為感染性的疾病。傳染性的疾病是那些能直接或間接地從一個人傳到另一個人的病。發生在兒童身上常見的感染性的疾病大多數是有傳染性的，並且很容易從一個人傳到另一個人身上。

大多數疾病在他們的症狀出現以前就已經被傳染的。即使本身可能沒有症狀出現，某些人也會傳播細菌，或在病癒後繼續傳播給他人。

## 為什麼兒童在托兒所會容易患更多的病？

任何人在任何年齡都有可能被傳染性的疾病感染。但是年幼的兒童被感染的機會更高是因為：

- 他們還沒被接觸到許多普通的細菌。因此，他們還沒有抵抗力或免疫力。
- 他們有很多幫助細菌傳播的習慣。例如，他們經常把手指，玩具和其他物品放進嘴裡。這樣，細菌很容易進入，離開身體，並且傳染到其他兒童，再被傳到其他人身上去。
- 在托兒所內的兒童有緊密的接觸，這樣更增加了疾病傳染的機會。

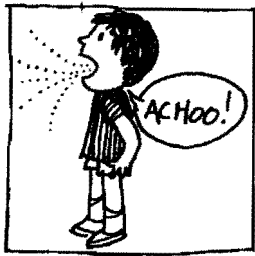
## 疾病是怎樣傳播的？

傳染性的疾病從感染的來源被傳播到接觸者或體弱者(患者)。這種傳播的發生，有三件事是必要的：

1. 具備細菌的**來源**。
2. 具備細菌攜帶及傳播的**途徑**。
3. 具備一位**患者**或對細菌沒有免疫力的體弱者與細菌接觸。

## 講義 #1.1

### 2 通過空氣或呼吸系統傳播 (通過空氣從一個人的肺，喉嚨或鼻子傳染到另一個人)。



呼吸系統的疾病，例如一般的感冒、麻疹、喘息的咳嗽、水痘、流行感冒、腦膜炎、膿毒性咽喉炎等等都從鼻子，眼睛或喉嚨通過細微的，有傳染性的微滴來散佈的。當帶菌者談話、咳嗽、打噴嚏或擤鼻子時，帶菌的微滴會進入空氣中，而這些微滴會隨著空氣被其他人吸入。這些微滴也可能落在手或其他物體上，例如玩具和食物的表面，其他人可能在觸摸那些物體或進食時接觸到病菌。當病菌通過微滴接觸到健康人的眼睛，鼻子或口腔時，它們可以在鼻子和喉嚨裡繁殖而使人感染。

### 3. 通過糞便或排泄物傳播 (從帶菌者的糞便傳到健康人的口腔而感染)。

傳染性的痢疾病 (例如賈第鞭毛蟲, shigella, 沙門氏菌, campylobacter), 甲型肝炎和小兒麻痺是常見的通過糞便或排泄物傳播的疾病。這些病菌是在帶菌者上廁所時離開帶菌者後再到健康人身上。

通常，這會發生在帶有微量糞便的手或其他物品(例如玩具)被放入口中的時候。在進食時吃進帶有微量人畜糞便的食物或水也有可能被傳染。不適當處理來自動物的食物(例如肉類，牛奶，雞蛋) 是campylobacter, E coil, 和沙門氏菌的常見來源。有些病菌，例如沙門氏菌和campylobacter, 也可以通過帶菌的動物傳染的。

### 4. 通過接觸血液和體液的傳播

血液感染是病菌通過血液(有時是體液，例如尿和口水) 從帶菌者傳到健康人身上。



乙型肝炎和丙型肝炎，CMV 和HIV/AIDS(人體免疫不全病毒/愛滋病)是由被感染的血液傳播的危險過濾性病毒。這些病毒是可以從感染者的血液傳到其他人的血液裡。病毒是在有傷口的皮膚(例如由濕疹所損傷的)或被破損的黏膜(例如口腔內壁、眼睛、鼻子、直腸或陰部)接觸到受感染的血液或體液時傳播的。帶菌的母親也可以把病毒傳染到新生的嬰兒身上。一旦這些病毒進入人體，它們可以在人體中存活數月或數年。這個看起來健康的帶菌者也是可以傳播病毒的。

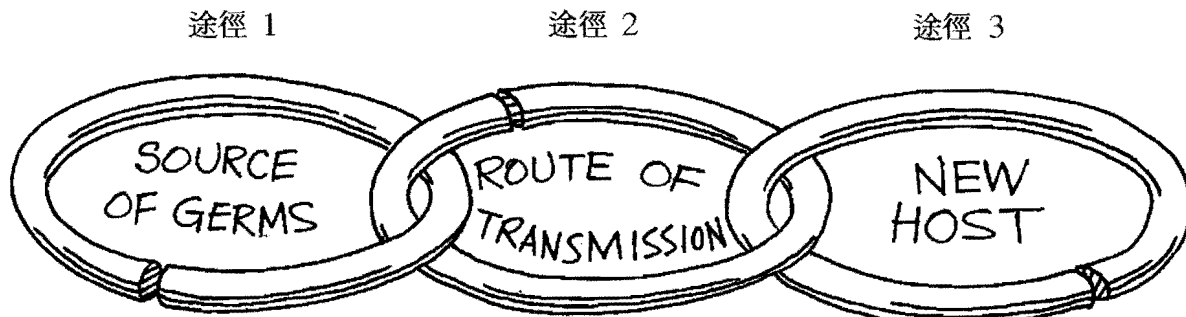
## 講義 #1.1

### 怎樣保持孩子和你的健康？

要控制傳染性疾病的傳播，其中一個辦法就是打破三個傳播途徑中的一個。但是，要減少傳染性疾病傳播的機會，最好是使用一個以上的控制方法。

你可以運用以下三個方法去控制傳染性疾病的傳播：

1. 首先，要確定和**控制細菌來源**或第一傳染途徑。如果有必要，要將病人隔離。在托兒所，托兒工作者要觀察兒童及做早上健康檢查。如果有必要，要將有病的兒童隔離，將他們送去就醫。如果有必要，還要通知健康當局。



細菌的來源 (小孩A)      傳播途徑 (玩具, 帽子, 手)      患者(小孩B)

2. 改善個人和一般的衛生，改變健康的習慣，用適合的消毒方法和改善週圍環境可以**控制傳染性疾病的傳播途徑**(第二途徑)。這要求清潔玩具和物品的表面，運用適當的換尿布技術，洗手，有通風的環境，等等。
3. 通過打預防針，均衡的飲食，養成良好的健康習慣，如洗手等，**來保護體弱的人**(第三途徑)。

### 疾病傳播的主要方法，又稱傳播途徑



#### 1. 直接接觸已被感染的人的皮膚。

皮膚傳染，例如膿、癬、普通皮疹、瘡和頭虱便是通過接觸感染疾病的例子。直接接觸皮膚或皮膚流出的液體等也是傳播感染性疾病的途徑。物體表面的細菌，病毒的感染或寄生蟲均可引起這些感染性的疾病。這些疾病是普遍的，而且通常不算嚴重。因為年幼的孩子經常接觸他們附近的物品和人，所以感染性的疾病就容易在托兒所的孩子們及托兒工作者之間傳播。