

糖尿病患需要更多的防護

[發表醫師] :謝安慈 醫師(新陳代謝科)

[發布日期] :2007/12/25

糖尿病患需要更多的防護-流感疫苗加上肺炎鏈球菌疫苗更能有效避免肺炎發生

又到了年底接種流行性感疫苗的時候，過去幾年，由於衛生機關與醫療機構的努力，在台灣六十五歲以上老人流行性感疫苗的接種率已接近百分之六十，也達到了很好的預防成效。然而除了流感之外，肺炎亦是老年人及嬰幼兒容易發生的重要感染疾病。肺炎鏈球菌是造成肺炎的重要禍首，肺炎鏈球菌常潛伏在人類鼻腔中，或經飛沫傳染，一旦感冒或是免疫能力降低，肺炎鏈球菌就可能從呼吸道或血液入侵，而導致中耳炎、鼻竇炎、肺炎、敗血症及腦膜炎等常見的感染症，在老年人及嬰幼兒（特別是免疫不全者）其致死率相當高，如：肺炎鏈球菌導致的肺炎死亡率為 20%；老年人感染肺炎鏈球菌性腦膜炎其致死率更可高達 80%。

糖尿病人由於血糖上升，會影響到白血球功能，使得對細菌的抵抗力變差，同時因為他們容易發生血管病變，因而妨礙血液供應，因此更容易遭致感染，或是感染時病情較為嚴重。糖尿病患死於流感和肺炎的危險性可能是一般人的 3 倍。因此糖尿病患除了注意日常血糖控制及足部護理外，也應該主動詢問醫護人員，採取積極預防的方法，照顧好自己，減少子女的負擔。

以往，肺炎鏈球菌的感染只要注射盤尼西林即可治療。但隨著抗藥性的比例愈來愈高，治療也日趨棘手。預防疾病的發生是避免因肺炎鏈球菌感染造成死亡最好的方法。預防的方法有哪些呢？建議個人保持良好的衛生習慣，例如：進出公共場所戴口罩、不抽菸、使用自己的水杯及飲食器皿、常用肥皂洗手等。對於高危險群，一般認為施打疫苗為較佳的預防方法。根據美國統計，接種流感疫苗可降低住院率百分之五十二，死亡率百分之七十，但若合併接種肺炎鏈球菌疫苗，則可分別降低百分之七十二和八十二。

哪些人應該注射肺炎鏈球菌疫苗呢？建議年滿六十五歲的老年人，或是 2 歲以上且罹患慢性肺部疾病(氣喘)、糖尿病合併腎功能疾病、心臟病、慢性肝病、脾臟切除者、有酗酒習慣者等患者接種。此外，罹患多發性骨髓癌、白血病、接受器官或骨髓移植、淋巴瘤、霍金斯症、慢性腎臟衰竭或腎病症候群、一般惡性腫瘤、接受免疫抑制療法、長期服用類固醇者，也建議接種疫苗。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。