



迎向盛夏： 從「毒月」傳統看當代防病思維



內科部 盤松青醫師

端午節之後適逢春夏交替的濕熱季節，古人認為此時是百毒齊出、疾病易發的「毒月」。為了防範瘟疫、蚊蟲與蛇蠍侵擾，發展出配戴香包、懸掛艾草與菖蒲等習俗。對照現代醫學，這種對季節性傳染病的戒慎恐懼，正與我們對抗各類「病原體」的公共衛生觀念不謀而合。隨著時序步入7月，高溫與頻繁的人群接觸讓各式感染症伺機而動。本期特別企劃聚焦於從嬰幼兒到銀髮族、從常見感冒症狀到致命急症的防護建議，邀請多位專科醫師與藥師，帶領大家築起最堅實的健康防禦網。

對於許多家長而言，孩子步入群體生活是另一場家庭考驗。小兒部主治醫師顏廷聿指出，孩子剛進幼兒園時，往往會面臨半年到一年的「生病適應期」。這其實是免疫系統走向成熟的必經之路，就像讓身體進行「病毒碼反覆更新」。然而，若孩子出現「兒童免疫力警訊」，則建議家長帶孩子尋求專業評估。

在過去，呼吸道融合病毒（RSV）常被誤認為是兒童專屬疾病。藥劑部傅至敏藥師提醒，RSV 其實具有高度傳染性，且其高風險族群呈現嬰幼兒與高齡長者的雙峰分布。目前國內已核准三款 RSV 疫苗上市，均適用於 60 歲（含）以上成人，傅藥師貼心提醒：如果擔心可否與流感、新冠疫苗同時施打？依照美國 CDC 指引建議可以在同一天施打，為避免兩處注射部位同時腫痛，建議「分開左右手」施打。

當感染未能得到及時適當的控制，便可能演變成致命的全身性併發症。內科部黃于珊醫師強調，敗血症是人體對感染產生了「失控的免疫反應」，傷及自身器官。一旦出現體溫異常、生命徵象

異常（血壓偏低、呼吸急促）、意識改變、末梢灌注不足及尿量明顯減少等五大警訊，必須立即送醫「與時間賽跑」。



另一項與時間賽跑的疾病則是腦炎。內科部感染科胡婉妍醫師指出，腦炎最重要的特徵是「意識或行為的改變」。無論是病原體直接入侵大腦的「感染性腦炎」，或是免疫系統誤攻擊大腦的「自體免疫性腦炎」，其診斷皆高度仰賴安全的「腰椎穿刺（抽腦脊髓液）」檢查。面對腦炎，謹記「早」和「快」兩個字，越早搶時間給予經驗性藥物治療，恢復效果越好。

除了急性感染，結核病這類由結核分枝桿菌引起的慢性傳染病，更需要「多藥併用」與「長期持續」的治療策略。護理部黃姿瑛護理師與藥劑部林銘彥藥師共同提醒，服用第一線抗結核藥物時，必須遵守空腹服用原則以確保吸收。

服藥期間若出現尿液、汗液、淚水呈現橘紅色，多為正常現象；但若出現手腳麻木，可與醫師討論是否補充維他命 B6。如果出現黃疸、茶色尿、嚴重噁心嘔吐或明顯倦怠，則是必須立即就醫的危險訊號。最重要的共同注意事項是：絕對不可自行停藥，主動與個案管理師或衛生單位聯絡，以免治療失敗或產生抗藥性。

不論是面對小兒反覆感冒、高齡者的 RSV 威脅，或是敗血症與腦炎等急症，「按時接種疫苗」與「早期辨識」永遠是最安全且有效的防禦手段。在這個濕熱的盛夏季節，讓我們與臺大醫院專業的醫療團隊攜手，積極為自己與家人的身體穿上一層堅固的健康防護罩！