

麻疹

麻疹的傳染性極強，這表示它很容易在沒有免疫力的人群中傳播。麻疹會導致嚴重的健康問題，包括胸部感染和腦腫脹，這可能導致住院甚至死亡。麻疹會削弱人體免疫系統，對健康造成長期影響。



如果您有以下情況，則被認為對麻疹具有免疫力：

- 以前得過麻疹，或者
- 在滿 12 個月大之後接種過兩劑麻疹疫苗（例如：麻疹、腮腺炎及德國麻疹混合疫苗，簡稱 MMR 疫苗）。

如果您在 1969 年以前出生或曾居住於紐西蘭，您很可能已有免疫力，因為在那之前幾乎每個人都曾感染過麻疹。如果您在 1969 年以前居住於其他國家/地區，建議諮詢您的醫療保健提供者。

請務必確認自己是否對麻疹具有免疫力，並查找相關醫療紀錄，例如疫苗接種紀錄或檢驗結果，以作為佐證。欲了解更多有關查詢麻疹免疫狀況的資訊，請造訪：info.health.nz/measles-immunity。

接種疫苗是預防麻疹最有效的方式。如果您沒有麻疹免疫力，**或不確定自己是否具有免疫力**，應盡快接種疫苗（欲了解更多資訊，請參閱本資料中的「預防」部分）。

若您曾接觸麻疹患者但具備免疫力，則無需隔離（居家）或採取其他額外保護他人的預防措施，因為您已經不會感染或傳播麻疹。



徵兆和症狀 — 您能看到和感覺到的

麻疹症狀通常會在接觸麻疹患者後的 7 至 21 天內出現，但多數情況下約在 10 天內開始發病。



紅色、斑點狀皮疹



發燒



眼睛疼痛、流淚、發紅



咳嗽



流鼻涕

麻疹的最初症狀與其他呼吸道疾病類似，例如新冠和流感。罹患麻疹後，皮疹通常會在其他症狀出現後 3 至 5 天出現。皮疹首先出現在臉部，然後蔓延至身體的其他部位。**如果您有發燒和皮疹，並且對麻疹沒有免疫力（或者您不確定），請按照尋求健康建議部分的資訊採取行動。**



尋求健康建議

如果您懷疑自己或家人感染麻疹，請務必待在家中，並盡快聯絡您的家庭醫師、醫生、Hauora 或其他醫療服務提供者；您也可以隨時撥打免費健康熱線 **0800 611 116**，尋求全天候 24 小時每週 7 天的專業建議。**如果情況緊急，立即撥打 111。**

如果您要前往醫療機構，就診前務必事先致電通知，以便醫療人員採取措施保護其他人免於接觸感染。在您就診期間，請務必戴上一次性口罩，遮住鼻子和嘴巴。



麻疹是如何傳播的？

麻疹在沒有免疫力的人群之間非常容易傳播。麻疹可透過感染者在他人附近呼吸、說話、打噴嚏或咳嗽時傳播。甚至在麻疹患者離開房間後進入都有可能感染麻疹。一名麻疹患者可傳染多達 18 人。

麻疹患者在出現明顯症狀前，就可能已具傳染力並將病毒傳播給他人。這種情況可能發生在皮疹出現前後 4 天之間。



誰容易因麻疹而出現嚴重病症？

約三分之一的麻疹患者病情會嚴重到需要住院治療。雖然任何人都可能感染麻疹，但某些族群感染後更容易出現重症。這包括：

- 5 歲以下的兒童，尤其是 12 個月以下的嬰兒
- 免疫系統較弱的人，尤其是懷孕期間及產後六週內的婦女（懷孕期間感染麻疹，您可能病情會加重，也可能對胎兒造成不良影響）。

毛利人和太平洋島民比其他族裔更容易因麻疹住院。



如果我感染了麻疹會怎麼樣？

如果您感染麻疹，必須進行隔離（也就是待在家裡），直到出疹後第 4 天為止。這可以防止您將麻疹傳播給其他人。由於大多數人從麻疹中康復通常需要 1 到 2 週的時間，因此即使隔離期結束，您可能仍感到不適，無法立刻恢復正常活動，例如上班或上學。給自己充足的時間恢復很重要。

您當地的公共衛生服務機構將與您聯繫並為您提供資訊和支持。這包括：

- 檢查您的症狀和健康福祉
- 詢問您在具有麻疹傳播力期間去了哪裡、和誰在一起
- 確保您知道如果症狀惡化該怎麼辦。



如果我接觸過麻疹患者會怎麼樣？

如果您接觸過麻疹病毒，您可能會被認定為「密切接觸者」或「偶然接觸者」。密切接觸者更容易感染麻疹。您需要採取的措施取決於您對麻疹是否沒有免疫力、部分接種疫苗，或已具備免疫力。

您的公共衛生服務團隊將與您聯繫，為您提供支持和有關您需要採取任何行動的更多資訊。他們會檢查您的記錄，並可能要求您進行血液檢測，以檢查您是否對麻疹有免疫力。

如果您沒有免疫力，您就有感染和傳播麻疹的風險。您需要隔離（待在家裡）以防止將麻疹傳播給他人。

如果您只接種過 1 劑麻疹疫苗，則被視為部分接種疫苗，這表示您可能對麻疹沒有免疫力，並且有感染和傳播麻疹的風險。您需要：

- 避開麻疹容易傳播的地方，例如醫療保健機構、學校和早期學習服務機構
- 避開可能會患上嚴重麻疹的人（請閱讀上文「誰有可能患上嚴重麻疹」部分）
- 監測麻疹症狀，如果出現任何這些症狀，可能表示您患有麻疹，因此務必（隔離）待在家裡並尋求健康建議。

如果您具有免疫力，感染和傳播麻疹的風險就很低。因此，只要您感覺良好，便可以照常從事日常活動，例如上班或上學。萬一您出現麻疹症狀，請隔離（待在家裡）並遵循上面的尋求健康建議部分。



預防

接種疫苗是保護自己免受麻疹感染的最佳方式。99% 的人在滿 12 個月大後接種兩劑麻疹疫苗（例如麻疹、腮腺炎與德國麻疹混合疫苗 MMR）後，將具備對麻疹的免疫力，能有效預防感染及傳播給他人。

- 嬰兒通常會在 12 個月大時接種第一劑 MMR 疫苗，並在 15 個月大時接種第二劑。按時為寶寶接種疫苗是保護他們的最佳方法。
- 所有 18 歲以下人士，以及符合紐西蘭公費醫療資格的年滿 18 歲人士，皆可免費接種 MMR 疫苗。有關公共資助醫療保健資格的信息，請查訪 [Get publicly funded health services | New Zealand Government](#)（獲取公共資助的醫療服務 | 紐西蘭政府）。
- 如果您的健康狀況導致免疫系統減弱，請諮詢您的醫療保健提供者，確認您是否適合接種 MMR 疫苗。
- 懷孕期間不可接種 MMR 疫苗，但產後可以，且哺乳期間接種也是安全的。如果您打算懷孕，請務必確保您已完全接種麻疹疫苗。
- 如果您不知道自己是否接種了 2 劑麻疹疫苗，建議您再接種一劑 MMR 疫苗（額外劑量是安全的）。

有關 MMR 疫苗的更多資訊，請查訪 [info.health.nz/measlesvaccine](#)

如需接種疫苗，請聯繫您的家庭醫師、醫生、Hauora 或其他醫療保健提供者，或撥打免費疫苗接種諮詢熱線 **0800 28 29 26**（週一至週五上午 8:30 至下午 5:00）。該服務提供口譯協助，您可選擇與毛利族或太平洋地區顧問、殘疾顧問溝通，亦可使用紐西蘭中繼服務。您也可以在 [info.health.nz/bookavaccine](#) 預約疫苗接種。許多藥局提供 MMR 疫苗接種，有些藥局還可以為兒童接種疫苗。[healthpoint.co.nz/immunisation](#) 列有這些服務提供者。



如需更多資訊：

- 查訪紐西蘭健康部 | Te Whatu Ora 網站 [info.health.nz/measles](#)
- 如果您是聽障、重聽、聾盲或有語言溝通困難者，可透過 [nzrelay.co.nz](#) 使用免費的紐西蘭中繼服務。
- 請撥打健康熱線免費專線 **0800 611 116**，全天候 24 小時、每週 7 天提供健康諮詢與後續處理建議。如果您在上午8時至晚上8時之間打電話，可以選擇與毛利臨床醫生交談。同時提供口譯服務及紐西蘭中繼支持。
- 對於在農村居住或探訪的人，您可以在下班時間撥打 **Ka Ora Telecare 0800 2 KA ORA**（**0800 252 672**）或造訪 [kaora.co.nz](#) 聯繫醫生
- 殘障人士支援專用熱線服務時間為週一至週五上午 8 點至下午 5 點。如需協助和訊息，請撥打免費電話 **0800 11 12 13** 或發送簡訊至 **8988**，或造訪 [healthpoint.co.nz/disability-helpline](#)