

百日咳

百日咳 (pertussis) 是一种严重的传染病, 会引发持续、剧烈咳嗽, 并容易在人与人之间传播。免疫接种是保护您和您的家人免受百日咳侵害的最佳方法, 尤其是孕妇、婴儿、儿童以及老年人等易患重病的高风险人群。



体征与症状——您可能会看到或感觉到的表现

百日咳会导致呼吸困难和剧烈的咳嗽发作。咳嗽可能持续数周甚至数月, 因此被称为百日咳。

感染百日咳后通常在大约一周开始出现症状。

百日咳的早期症状与感冒相似。此阶段传染性最强。

症状类似感冒, 表现包括:

- 鼻塞或流鼻涕
- 打喷嚏
- 低烧
- 持续的阵发性咳嗽。

大约一周后, 症状可能进一步发展为:

- 持续几分钟的难以控制的咳嗽发作
- 咳嗽导致呕吐, 有时甚至昏厥
- 咳痰浓稠, 有时会引起呕吐或窒息。

有时, 人们在剧烈咳嗽间隙喘气时会发出“啾啾”的吸气声。这是百日咳的一个常见症状, 但并不总是能听到。



寻求健康建议

如果您认为自己、您的家人或您照护的人可能感染了百日咳, 请尽快联系您的全科医生或医疗保健服务提供者, 尽早获取建议。他们可能会为您安排检测, 以确认是否感染百日咳。

如果您本人、您的孩子或被照护者出现任何以下症状, 请将其视为紧急情况——请立即拨打 111 呼叫救护车, 或前往就近的医院急诊部。症状包括:

- 感觉极度不适
- 出现呼吸困难
- 长时间咳嗽并最终呕吐
- 因咳嗽而脸色发青或呼吸暂停。

百日咳对婴儿尤其危险, 可能需要住院治疗。



给家长的特别建议

百日咳对婴儿和儿童来说可能非常严重, 尤其是12个月以下的婴儿。大约一半在12个月大之前感染百日咳的婴儿需要住院治疗。在这些住院婴儿中, 每100名中约有1至2名因感染而死亡。

许多婴儿是从同住的家庭成员那里感染了百日咳——有时是在他们尚未达到接种年龄 (6周大) 之前。

如果您的婴儿或您照护的婴儿感染了百日咳, 他们可能会:

- 无法正常吃奶
- 出现呼吸困难, 甚至呼吸暂停或脸色发青
- 病情可能会严重到需要去医院
- 出现严重的健康并发症, 例如肺炎或脑损伤。

如果我得了百日咳会怎么样？

如果您感染了百日咳：

- 如果是在早期确诊，医生可能会为您开抗生素在家服用——请务必服用处方规定的全部剂量，以彻底清除体内细菌，并降低将感染传播给他人的风险。
- 您的医疗服务提供者将指导您在您或他们康复期间，如何在家中照护自己、孩子或您照护的其他人。

如果是在感染的后期才被确诊，可能不会给您开抗生素。这是因为此时您已经不再具有传染性，抗生素也无法改善症状。

感染百日咳后，恢复可能需要很长时间——有些人可能要数月才能完全康复。虽然咳嗽在几周之后会最终消失，但如果您之后感染了其他呼吸道疾病，仍可能再次出现咳嗽发作。

12个月以下的婴儿感染百日咳后可能需要住院治疗。如果您的婴儿或您照护的婴儿住院，通常会安排在单独的病房。这样做是为了防止传染给其他患者。

百日咳是如何传播的？

百日咳可通过咳嗽或打喷嚏在人与人之间轻易传播。

百日咳患者从咳嗽开始前一周出现类似感冒症状时起，到咳嗽开始后的三周内，都可能具有传染性。在这段时间内，百日咳可能传播给他人。

为防止百日咳等疾病传播，请在咳嗽或打喷嚏时遮住口鼻，使用过的纸巾应及时丢弃，之后请彻底洗净并擦干双手。

预防

疫苗接种是保护您和您的家人预防百日咳的最佳方式。

孕妇：在怀孕期间接种百日咳疫苗是安全的，可以保护您的婴儿免受这种感染的严重并发症的威胁，直到他们6周大后能够自行接种疫苗。这是因为您对百日咳的免疫力会通过胎盘传递给您的婴儿。

百日咳疫苗从怀孕13周起可免费接种，但最好是从怀孕的16周起开始接种。每次怀孕期间都应接种，以保护每一个婴儿。

婴幼儿和儿童：百日咳对婴儿尤其危险，特别是那些尚未完成全部疫苗接种的。

18岁以下的少年儿童可免费接种百日咳疫苗。疫苗接种时间为6周、3个月、5个月、4岁，以及在11岁时再打一针加强针。

为了获得最佳保护，一定要确保少年儿童按时完成全部疫苗接种。但即使曾错过了接种，补种也比不种好。

成人：如果此前未完成四剂破伤风疫苗的接种，成人从45岁起可免费接种一次加强针（新西兰使用的是百日咳和破伤风的联合疫苗）；并且他们从65岁起可免费接种一次加强针。

有些人可能会被建议接种加强针，例如：家中即将有新生儿，或从事与婴儿/少年儿童相关的工作。不过，这类接种可能不在公费资助范围内。请向您的医疗保健提供者咨询是否建议您接种加强针，以及费用是多少。许多社区药房都可以提供这些疫苗。

- 访问 [info.health.nz/whoopingcoughvaccine](https://www.health.govt.nz/whoopingcoughvaccine) 了解更多关于百日咳疫苗接种的信息。
- 如果您不确定自己或您的少年儿童是否接种过疫苗，请联系您的全科医生，并向执业护士咨询，以确认您的家庭是否已获得充分保护。您也可以拨打疫苗接种健康热线。
- 如需预约接种疫苗，请联系您的全科医生或医疗服务提供者，访问 [info.health.nz/bookavaccine](https://www.health.govt.nz/bookavaccine)，或拨打免费疫苗接种健康热线 0800 28 29 26。



更多信息参看：

- 新西兰卫生部 | Te Whatu Ora info.health.nz/conditions-treatments/infectious-diseases/whooping-cough
- **0800 28 29 26**（周一到周五，早上8.30至下午5.00），或访问info.health.nz/bookavaccine
- 如果您是聋人、听力受损者、聋盲人士，或有言语障碍，可访问 www.nzrelay.co.nz 免费使用新西兰通信辅助服务（NZ Relay）。



免费获取一般健康建议和信息

- 请拨打健康热线 0800 611 116（全年无休，24小时提供服务），获取免费的健康建议及后续应对信息。如果您在早 8 点至晚 8 点之间致电，可以选择与毛利临床医生交谈。还提供口译和新西兰通信辅助服务（NZ Relay）支持。
- 如果您居住在或正在访问乡村地区，非工作时间可通过 Ka Ora Telecare **0800 2 KA ORA (0800 252 672)** 或 www.kaora.co.nz 联系到一位医生。残疾人士免疫接种服务热线



残疾人士免疫接种服务热线

- 专为残疾人士提供的免疫接种支持热线服务时间为周一至周五，早上8:00至下午5:00。欢迎拨打免费电话 0800 11 12 13，或发送短信至 8988，获取帮助和信息。