

了解茲卡病毒

基本事實

- 人們通常是經過蚊蟲叮咬而感染茲卡病毒，而只有特定的蚊蟲 (*伊蚊屬*的蚊蟲) 才能散播茲卡病毒。
- 茲卡病毒也能透過性行為與血液接觸 (亦即輸血、共用注射器皿等行為) 散播。一般接觸不會散播茲卡病毒。
- 多數 (80%) 茲卡病毒的感染者不會感受到病徵。而若感受到病徵，這些病徵通常也很輕微。
- 因為茲卡病毒會造成先天缺陷，針對懷孕我們也提供相關的特別指示。詳細情形請參閱如下。
- 目前沒有茲卡病毒的疫苗或解方。

症狀

多數 (80%) 感染茲卡病毒的人沒有明顯症狀，並且不知道自己受到感染。

茲卡病毒最常見的症狀為發燒、紅疹、關節痛與結膜炎 (眼睛發紅)。多數人的症狀都很輕微，無須前往醫院就診。嚴重的併發症，如癱瘓或腦部感染，皆很罕見。症狀通常會發生於受到帶原蚊蟲叮咬的 2 到 12 天內，且最長可能持續一週。

茲卡病毒的症狀與其他由蚊蟲所造成的疾病症狀相似，如[登革熱](#)或[屈公病](#)等。

檢測

多數人不需要接受茲卡病毒檢測，就算他們曾造訪過有茲卡病毒疫情的國家也一樣。對於曾造訪有茲卡病毒疫情地區的孕婦，以及在懷孕時曾與已感染或可能感染茲卡病毒的人士進行未採保護措施* 的性交的懷孕婦女而言，接受檢測至關重要。

診斷茲卡病毒感染的檢測方式有二種：

1. **RT-PCR:** 此種檢測是檢驗血液或尿液裡的茲卡病毒。
2. **血清學:** 此種檢測是檢驗血液裡對抗茲卡病毒感染的抗體。

如果您的茲卡病毒檢測結果是陽性，可能表示您受到感染或之前受到感染。

然而，陰性結果並不一定表示您未受到感染。例如，如果您在生病之後很快接受檢驗，您的身體可能還來不及製造檢測所測量的抗體。您的醫生可能會做其他的測試進行確認。

* 「屏障保護」是指進行陰道性交、肛交時使用的男用或女用保險套，以及口交時使用的口腔保護膜。「未採保護措施」是指未採用屏障保護的性行為。

若您有任何問題或疑慮，請與您的醫生討論。他們可以利用檢測結果協助您做出如何維持健康的決定。

治療

目前針對茲卡病毒尚無治療方式，但特定藥物 (如乙酰氨基酚) 可協助減緩症狀。多數人能靠著休息與補充水分來自行痊癒。

受影響區域

茲卡病毒目前影響中南美洲、墨西哥與加勒比海的部分地區，以及其他由[疾病控制與預防中心 \(Centers for Disease Control and Prevention\)](#) 所列出的疫區。(查詢最新的茲卡病毒疫區請前往 [cdc.gov/zika](#)。)與目前疫情爆發相關的蚊蟲種類埃及斑蚊棲息於這些地區。埃及斑蚊目前尚未出現於紐約市。

但不同品種的黑斑蚊屬蚊蟲卻出現於紐約市。這種蚊子叫做白線斑蚊。白線斑蚊能夠將茲卡病毒傳播至人體，但衛生專家仍在研究有沒有這種可能。蚊蟲可能能夠攜帶病毒，但不代表可能造成疫情爆發。衛生專家尚未在本地的蚊蟲上找到茲卡病毒，但仍預計白線斑蚊有在當地感染茲卡病毒的可能，且正採取積極措施監控此情形，並在需要時採取行動。若要了解紐約市的最新活動，請前往 [nyc.gov/health/zika](#) 閱讀「What the City is Doing」。

給孕婦的警告

茲卡病毒對大多數人來說並不危險。但是，茲卡病毒會導致先天缺陷。與茲卡病毒相關的一種先天缺陷，是頭部小於常人。這種情況稱為「小頭畸形症」。健康專家仍在研究茲卡病毒與小頭畸形症間的關聯性。關於如何避免此風險的最新指南如下。

懷孕婦女及其性伴侶的指南

對於尚未前往茲卡病毒疫區的孕婦	請將旅程推遲至健康專家認定該地區為安全之後。 若無法延緩行程，請先諮詢醫療保險提供者，並在旅行時採取自我保護措施。請閱讀下方的性行為傳染及旅遊安全與健康指南。
對於已經前往茲卡病毒疫區的孕婦	請致電您的健康照護提供者，討論茲卡病毒檢測相關事宜。
懷孕婦女的性伴侶已感染或可能感染茲卡病毒	請共同規劃避免在孕期中發生性行為，或在每次進行陰道性交、肛交及/或口交時，以正確方式使用保險套 (或其他屏障保護*)。 若您目前懷孕，且曾與已感染或可能感染茲卡病毒的人士在未採保護措施* 的情況下進行陰道性交、肛交或口交，請與您的健康照護提供者聯絡，討論茲卡病毒檢測事宜。

*「屏障保護」是指進行陰道性交、肛交時使用的男用或女用保險套，以及口交時使用的口腔保護膜。「未採保護措施」是指未採用屏障保護的性行為。

給嘗試受孕者的指南

不建議想要嘗試懷孕的伴侶接受茲卡病毒測試。而是，請遵守本指南以降低風險：

對於尚未前往茲卡病毒疫區的人	要嘗試懷孕的期間不要前往茲卡病毒疫區。	
已罹患或可能患有茲卡病毒的女性	症狀	請在症狀開始出現後，等待至少八週後，再開始嘗試懷孕
	沒有症狀	請在最後一次可能接觸茲卡病毒的時間後等待至少八週，再開始嘗試懷孕
已罹患或可能患有茲卡病毒的男性	症狀	請在症狀開始出現後，等待至少六個月，再開始嘗試懷孕
	沒有症狀	請在最後一次可能接觸茲卡病毒的時間後等待至少六個月，再開始嘗試懷孕

請前往 nyc.gov/health/zika 及 cdc.gov/zika/pregnancy 尋找更多有關茲卡病毒與懷孕的資訊。

性行為傳染

男女皆可能透過性交傳播茲卡病毒。性行為包括陰道性交、肛交、口交，及/或共用性玩具。健康專家仍在研究這個病毒的風險。前往茲卡病毒疫區旅行的人士在旅行期間及返家後進行性行為時，應該要使用屏障保護* 並採取節育措施。屏障保護* 可避免茲卡病毒藉由性行為傳播。節育措施可避免在其中一名性伴侶或兩人可能都罹患茲卡病毒的情況下懷孕。

避免因性行為傳播茲卡病毒的指南

到受茲卡病毒影響地區旅遊時	請正確使用節育措施與屏障保護*
從受茲卡病毒影響地區返家後	女性： <ul style="list-style-type: none">返家後應持續使用節育措施八週進行避孕。返家後連續八週，應於每次進行陰道性交、肛交或口交等行為時以正確方式使用屏障保護*。
	男性： <ul style="list-style-type: none">返家後六個月的時間，應於每次進行陰道性交、肛交和/或口交等行為時以正確方式使用屏障保護*。

若需要節育措施的完整清單，請前往 nyc.gov 並搜尋「Birth Control」。

*「屏障保護」是指進行陰道性交、肛交時使用的男用或女用保險套，以及口交時使用的口腔保護膜。「未採保護措施」是指未採用屏障保護的性行為。

捐血

雖然罕見，但茲卡病毒可能透過輸血而傳播。為避免此情形發生，請遵守以下指南：

捐血指南

曾至受影響地區旅遊者	返家後 四週 才可捐血。
曾與某位人士發生未採取保護措施* 的性行為 (陰道性交、肛交或口交) 者，且該位人士在該最近一次性接觸的三個月內曾到訪過茲卡病毒影響地區	在上一次性行為後 四週 才可捐血。
曾前往疫區並且曾在返家後四週內捐過血者	若您在捐血後的 兩週內 感受到 兩個以上 的以下症狀：發燒、關節痛、紅疹或結膜炎 (眼睛發紅)，請告知您捐血的機構。 若您有這些症狀，請避免繼續捐血，直到症狀消失 起碼四週 。

嬰兒與孩童

根據 CDC 表示：

- 嬰兒與孩童可能感染茲卡病毒。
- 嬰兒與孩童所經歷的症狀與上方「症狀」所述相同。
- 在出生時或早年感染茲卡病毒，目前尚未證實會導致小頭畸形症。
- 茲卡病毒能在母乳中找到，然而尚未有報告指出有母親透過母乳將茲卡病毒散播給嬰兒。CDC 鼓勵茲卡病毒疫區中的母親繼續以母乳餵食，因為母乳對嬰兒有許多好處。
- 你可在 cdc.gov/zika 找到更多給家長的資訊。

安全健康的旅遊

若您即將前往茲卡病毒疫區，請閱讀上方的孕婦與性行為傳染警告，並採取措施預防蚊蟲叮咬。以下秘訣對即將前往茲卡病毒疫區者而言十分重要，特別是無法延緩旅遊行程的孕婦。

與目前疫情爆發相關的蚊蟲種類十分具侵略性。蚊蟲會在日間與傍晚叮咬。

- 使用含有 DEET、埃卡瑞丁或檸檬尤加利精油的**驅蟲劑**。
 - 使用 EPA 核可的驅蟲劑，並遵循標籤上的指示。
 - 先施用防曬乳，再噴上驅蟲劑。
 - 驅蟲劑對孕婦而言是安全的。
 - 請勿在 2 個月的嬰兒身上使用驅蟲劑。未滿 3 歲的兒童不可使用含檸檬油加利精油成分的驅蟲劑。
 - 請勿讓幼兒自行施用驅蟲劑。
 - 請勿在孩子的手上、眼睛、嘴巴或受到刺激的肌膚與割傷上施用驅蟲劑。
- 穿著長袖衣褲；孩童也是一樣。穿著以百滅寧 (用於驅蟲的化學藥劑) 處理過的衣物。

* 「屏障保護」是指進行陰道性交、肛交時使用的男用或女用保險套，以及口交時使用的口腔保護膜。「未採保護措施」是指未採用屏障保護的性行為。

- 待在有空調或紗窗紗門的地方。
- 若您無法將蚊蟲驅離住處，請使用蚊帳。使用蚊帳遮蓋嬰兒床、嬰兒車與抱嬰帶。
- 倒空您住處內與四周的積水，因為積水會引來蚊蟲。

CDC 建議從茲卡病毒疫區歸國的旅客在歸國後的三週內採取措施防止蚊蟲叮咬，就算沒有病徵亦同，以避免將茲卡病毒散播給本地蚊蟲。

紐約市的蚊蟲預防措施

茲卡病毒目前並未在紐約市內的蚊蟲身上找到，但本地蚊蟲可散布其他疾病，如西尼羅病毒。紐約市民可協助中止蚊蟲散布之病毒的步驟如下：

- 噴灑驅蟲劑，並在蚊蟲高峰季節 (六月到九月) 的晚間穿著長袖或長褲。
- 為窗戶與門片加裝或修復紗窗。
- 倒空花盆、溝槽、水桶、泳池蓋、寵物水盆、廢輪胎與鳥浴盆等容器中的積水。一點點水就能成為數百個蚊卵的溫床。
- 務必對後院泳池進行正確維護並用氯消毒。
- 將積水情況回報至 311。衛生局會檢查積水投訴，並向未倒空積水的物業業主發出違規通知。若無法倒空積水，紐約市會採用稱為殺幼蚊劑的處置方式，能在幼蚊變為成蟲並有散播疾病能力前將其殺滅。

更多資訊

請造訪以下連結：

- cdc.gov/zika
- paho.org

若需要尋找醫院或診所方面的協助，請撥打 311。

在 Twitter 上加入 @NYCHealthy、@DrMaryTBassett 與 @DrJayVarma 獲得最新衛生警訊。

*「屏障保護」是指進行陰道性交、肛交時使用的男用或女用保險套，以及口交時使用的口腔保護膜。「未採保護措施」是指未採用屏障保護的性行為。