

霍亂



病原體

霍亂是一種由霍亂弧菌所引起的急性腸道傳染病。霍亂弧菌有多種血清型，但只有產生腸毒素的O1和O139可以導致霍亂爆發。

病徵

大部分患者並沒有任何病徵，但在感染後的一至十天內，仍可能經由糞便排出霍亂弧菌，從而造成傳播。出現症狀的患者中，大多數為輕度或中度腹瀉。少數患者可能會出現大便呈米水狀的急性和嚴重腹瀉和嘔吐。如果不及時治療，可能會迅速導致嚴重脫水、休克甚至死亡。

傳播途徑

霍亂通常透過進食或飲用受霍亂弧菌污染的食物或水而傳播。如果衛生條件良好，人與人之間的直接傳播並不常見。

潛伏期

由數小時至五天不等，通常是兩至三天。

治療方法

治療霍亂的主要方法是及時補充足夠的水分。出現輕微脫水的患者，可服用口服補液溶液。若患者出現嚴重脫水，則須以靜脈注射補充失去的水分及電解質。有需要時亦可使用抗生素。

預防方法

① 保持良好的個人衛生

- 經常保持雙手清潔，尤其在處理食物或進食前，以及如廁後。
- 洗手時應以枧液和清水清潔雙手，搓手最少20秒，再用水過清並用抹手紙或乾手機弄乾。如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，亦可考慮使用含70至80%的酒精搓手液潔淨雙手。
- 清理或處理嘔吐物及糞便時，須戴上手套及外科口罩，事後必須徹底洗手。
- 患者或帶菌者切勿處理食物和照顧兒童、長者和缺乏免疫力的人士。
- 如出現嘔吐或腹瀉等腸胃病徵的人士，不應上班或上學及應向醫生求診。

② 保持良好的食物衛生

- 只飲用煮沸後的自來食水或出品自可靠商戶的樽裝飲品。
- 避免飲用來歷不明的冰塊所調製的飲料。
- 從衛生及可靠的地方購買新鮮食物，不要光顧無牌小販。一般而言，經徹底洗淨的水果可連皮進食。不過，如果希望減低患上疾病的風險，尤其是身處外地時，進食生的水果前可去掉外皮。
- 所有食物（特別是貝殼類海產）應該徹底煮熟才食用。



• 高危人士，包括幼兒、長者、長期病患者和免疫力較弱人士、及希望減低患上食源性疾病風險的人士，都應避免進食生及未煮熟的食物。

• 處理食物時應遵從食物安全五要點，即精明選擇（選擇安全的原材料）、保持清潔（保持雙手及用具清潔）、生熟分開（分開生熟食物）、煮熟食物（徹底煮熟食物）及安全溫度（把食物存放於安全溫度），藉以預防由食物傳播的疾病。

請瀏覽食物安全中心網頁，以獲得更多有關食物安全的資訊。

③ 保持良好的環境衛生

- 保持衛生設施和排水系統正常運作。
- 應妥善清潔及消毒患者曾使用的廁所和受排泄物污染的地方，在過程中須戴上手套及外科口罩。
- 用即棄抹布抹去嘔吐物／溢出糞便，及後用1比49稀釋家用漂白水（即把1份5.25%漂白水與49份清水混和）清洗及消毒受污染的地方及鄰近各處（作為一個概略的指引，消毒範圍應包括從嘔吐物／糞便溢出邊緣起2米內的地方），尤其是經常接觸的地方，如門柄、扶手等。讓漂白水在污染的地方表面待15–30分鐘以徹底消毒，然後再以清水清洗並抹乾。金屬表面應用70%酒精消毒。
- 切勿以地拖清理嘔吐物。
- 完成清潔及消毒後，必須把清潔用具浸泡在1比49稀釋家用漂白水（即把1份5.25%漂白水與49份清水混和）內30分鐘，然後徹底沖洗及自然風乾才可再次使用。

- 所有清理工作完畢後，必須徹底洗手。

給旅遊人士的建議

- 旅客從受霍亂影響的地方回港後若感到不適，應立即求診，並告知醫生近期的外遊記錄。
- 除一些高危人士（如前往疫區工作的救援人員）外，一般都不建議旅客接種口服霍亂疫苗。現時各國均無官方規定，要求旅客出示霍亂疫苗接種證明作為入境條件。如要獲得更多資訊，請瀏覽衛生署旅遊健康服務網頁。



衛生防護中心網站

www.chp.gov.hk

衛生署旅遊健康服務網頁 www.travelhealth.gov.hk

食物安全中心網站

www.cfs.gov.hk

二零二五年九月修訂