

关于弗林特地区居民军团菌病的

的常见问题

什么是军团菌病?

军团菌病是肺炎的一种——一种肺部感染疾病。军团菌病和其他肺炎一样，会引起多种并发症，如未及时治疗情况会特别严重。

人们是怎么得军团菌病的?

人们如果吸入含有 *军团菌* 的小水滴（雾），就会引起军团菌病。大部分人接触 *军团菌* 后，并不会生病。

军团菌 一般生长在湖泊、河流等淡水水体中。在医院、酒店，以及其他大型建筑的供水系统中，如果未进行定期清洗，也有可能滋生 *军团菌*。这类建筑最常见的细菌来源有：

- 具有冷却塔的空调系统（在建筑顶端用于冷却水的、较高的、开顶塔体）
- 热水浴缸和浴场
- 装饰性喷泉
- 饮用水

一般来说，*军团菌*不会在人与人之间传播。人们不会从饮用水中感染军团菌病。然而，人们可能从“进入到错误管道”（呼吸道）接触到 *军团菌*。

哪些人容易受到军团菌病的威胁?

大部分人在接触 *军团菌* 后，并不会得病。但是以下因素会增加患病的可能：

- 吸烟，或者曾经吸烟
- 年龄在50或50岁以上
- 患有慢性肺部或呼吸道疾病，如肺气肿和慢性阻塞性肺病（COPD）。
- 患有其他疾病，如癌症、白血病、糖尿病、肾衰竭、艾滋病等。
- 正在服用会降低身体抗感染能力的药物（如：类固醇和其他药物。如果您不清楚目前服用的药物是否会降低您的抗感染能力，请咨询您的医生。）

军团菌病在儿童身上并不多见。如若能够向医生咨询您是否有较大可能感染军团菌病，是一个不错的想法。

什么时候最可能感染军团菌病?

军团菌 容易在温暖的（不流动的）积水中滋生。虽然人们在任何时候都可能感染军团菌病，但是病例在气温较为暖和的夏秋两季更多为见。

军团菌病的症状是怎样的?

军团菌病开始时的症状跟流行性感冒类似，比如会发烧、头痛、肌肉酸痛，和感觉冷。在某些病例中，可能在发病1-2天就会有更加严重的症状，包括：

- 高烧
- 常常干咳，也有时候会伴随粘液
- 呼吸困难
- 胸部疼痛
- 发冷
- 腹泻

如何 治疗军团菌病?

军团菌病可以通过抗生素（可以消灭体内病菌的药物）得到有效治疗。病人越早使用抗生素，对病情的帮助越大。患有军团菌病的病人大部分情况都需要在医院接受治疗。

在 杰纳西县军团菌病的情况会越来越严重吗?

每年，患军团菌病的患者不仅是在杰纳西县和密歇根的其他县，还遍布美国境内的其他地区。大部分时候，杰纳西县每年的军团菌病患者大约是9-11个。但是在2014-2015年的夏天，杰纳西县有91个军团菌病的病例。全美范围内，军团菌病患者的人数也不断上升。

因为军团菌病会恶化，所以迅速寻求医疗救助显得十分重要。搜寻和报道军团菌病的病例也会有助于减少其他人患病的几率，因为这可以及早发现 *军团菌*的源头。

如果 我 觉得 自己 得了 军团菌病 怎么办?

如果您有军团菌病的症状，请立即就诊。因为军团菌病和其他类型的肺炎不容易区分，所以请告诉您的医生您可能接触过 *军团菌*。

通过拍X光片和血液检测，医生可以诊断您是否得了军团菌病。如果您最近洗过浴缸浴、住过酒店或者外出旅行了，请告知医生。

我需要担心自己家里的军团菌吗?

极少有军团菌病的案例是由于家里的病菌引起的。对于家庭的供水系统中的 *军团菌*，我们的了解不如大型建筑供水系统来的多。家庭供水系统包括热水器、水管、淋浴头，还有水龙头，因为这些结构得到定期清洗，滋生 *军团菌* 的可能性较小。

有少数报告，对那些从自家供水系统感染军团菌病的病人进行了研究。这些研究表明，*军团菌* 的传播可能发生在自己家里，但是我们并不清楚发生这种情况的几率有多大。相比大型建筑复杂的供水系统，*军团菌* 污染家用供水系统的可能性极低。单独家庭和小型的多口之家应该根据当前州、县，及城市的指导获取水源。

然而公众健康专家认为，从家庭供水系统中感染军团菌病的可能性比大型供水系统小很多，户主可以通过清洗自家的供水系统，进一步减少感染的可能性。

热水器：*军团菌* 有时候会在住宅的热水器中滋生。如果有病菌的话，一般相比燃气热水器，电热水器中发现病菌的可能性更大。建议居民根据生产商的说明，定期清洗电热水器，减少 *军团菌* 滋生的可能性。大部分生产商建议每年都用水清洗一次热水器。如果您难以找到生产商的说明，可以咨询具有职业资格的水管工人。

水体科学家、公共卫生官员，以及医疗保健专家最近正在讨论将热水器推荐温度上升为120° F 到 130° F 的利弊，这可能减少军团菌滋生的可能性。然而，因为这可能会导致烫伤——或者被热水烧伤——所以这项提议现在还没有向公众推荐。如果推荐意见有变，针对减少病菌的热水器管理指南将会更新并发布。

淋浴：因为淋浴头一直都是潮湿的，所以它可能滋生军团菌。将淋浴头取下，用手将上面的水垢和沉积物清理干净，然后将1汤匙的家用漂白剂和1加仑的水混合起来，把淋浴头在混合液中浸泡2个小时，就可以达到消毒淋浴头的效果。

加湿器：有些家庭拥有完整的室内加湿器。您应该根据生产商的说明，定期对加湿器进行清洗和消毒。首先一定要先拔掉加湿器的插头。按照1汤匙的家用漂白剂对应1加仑的水的比例将两者混合起来，根据生产商的说明，用混合液清洗加湿器的内部，然后晾干。在储藏加湿器之前和之后，都要彻底将加湿器的外部清洗干净。

呼吸机和喷雾器都要使用蒸馏水，而且要定期依照生产商的建议进行清洗。如果您难以找到生产商的说明，医疗保健设备的提供商可以给您提供说明。

如何 预防军团菌病?

确保热水浴缸和温水池中有适量的消毒剂（如：氯），对于杀灭 军团菌十分重要。在水温较高时，消毒剂的量很难保持稳定。您不需要安装专门的过滤器来去除饮用水中的军团菌。

戒烟是降低感染几率唯一的，也是最重要的途径。吸烟会在您接触到军团菌时，大大增加感染军团菌病的几率。目前还没有任何疫苗可以预防军团菌病。但是，有其他疫苗可以预防其他类型的肺炎。有两类疫苗对于预防肺炎极为重要，一类是肺炎球菌疫苗，另一类是流感疫苗。

所有65周岁或65周岁以上的人群，都需要接种两种肺炎疫苗。而65周岁以下患有部分疾病或者吸烟的人群，也建议接种肺炎疫苗。年龄在6个月或以上的人群每年都需要接种流感疫苗。

关于清理家庭供水系统的信息可以访问：

<http://www.hvac.com/resource-center/humidifiers/articles/how-to-clean-a-whole-house-humidifier>

了解更多关于军团菌病的信息，可访问：

http://www.gchd.us/legionnaires_disease_resources.php

<http://www.cdc.gov/legionella/index.html>

<http://www.osha.gov/dts/osta/otm/legionnaires/faq.html>

<http://www.nyc.gov/html/doh/html/diseases/cdlegi.shtml>

http://www.phila.gov/health/pdfs/diseases/Legionnaires_FAQ_2011.pdf

