

做好 旅遊免疫

旅遊用藥 小百科



到特殊疫區，例如斯里蘭卡旅遊之前你可能需要先接種好必要的疫苗或是準備好一些藥物，醫師會依你本身的健康狀況、疫苗接種史、你將造訪的地區以及將從事的活動等等因素來評估必要的疫苗與藥物。為了要能夠有充裕的時間來施打疫苗並產生足夠的免疫力，而且如果要服用瘧疾預防用藥時也必須提前服用，一般建議你能在出發前4-6週先向專業醫師尋求諮詢。

有關旅遊前需要預防接種，建議可以向旅遊醫學專門的醫師尋求諮詢（國際預防接種單位），另外本身有慢性病史的人也應該在出發前跟你的醫師討論是否應作任何的準備。如果你預定的行程不只一個國家，請記得提供詳細行程給醫師，以便於獲得必要資訊與相關疫苗接種；另外對於要到國外長期居住（如工作或求學）的民眾，可能還需要接種學校或雇主所要求的疫苗。

有些國家雖不是某些疾病的公佈疫區，例如斯里蘭卡雖不是黃熱病流行區，但政府當局要求，由黃熱病疫區或經疫區前往該國的旅客必須要有接種黃熱病疫苗證明。所以要事先查明或向相關單位詢問清楚，以免徒增困擾。

熱帶國家常見的疾病：瘧疾

瘧疾並無疫苗可用，預防上除了要注意個人防護以避免瘧蚊叮咬之外，還可以使用預防用藥，如果你要到瘧疾感染危險區的話，你須要攜帶下列的抗瘧藥物之一：**doxycycline**、**mefloquine**或**Malarone**（**atovaquone/ proguanil**）。

Chloroquine並非是有效的抗瘧藥物，不應被拿來作為預防瘧疾使用。特別注意最好在旅遊之前備妥您的抗瘧藥物。國外購買的抗瘧藥物不一定符合台灣的製藥水準，也不一定有效，且有可能有偽藥或其它污染物的危險，或混雜其它不安全的藥物。

在出國前首先要確定你例行的疫苗接種是完整的，有些國家包含我國有例行性的疫苗接種計畫，這些例行性疫苗不管要不要出國都應該要施打，有些疾病（如麻疹）目前雖然在台灣已經很少見，但是仍然流行於世界大部份地區，因此對於未按時接種例行性疫苗的旅客，其風險會更大。

• 有疫苗可預防的疾病及必須或建議施打的疫苗

疫苗或疾病	必須或建議施打的疫苗
例行性疫苗	對於沒有照時間確實施打的人，建議出國前補接種，如 MMR diphtheria / pertussis / tetanus vaccine 等等。
型肝炎	對於沒有施打過疫苗的人，要前往中度到高度危險地區旅行或工作的人都建議接種。尤其台灣地區近年來 A 型肝炎的發生率已大幅下降，因此 30 歲以下的民眾普遍沒有抗體，更是建議施打疫苗來預防。
狂犬病	一般旅客原則是採行「暴露後預防」，除非某些特殊狀況下如特殊職業（獸醫或實驗室工作者）、特殊地點（非常偏遠的鄉間）或從事特殊活動（如野外露營）等等才考慮使用暴露前預防接種（請先電話詢問是否符合接種標準）。