

**National Tuberculosis Care Centre**  
**国家结核病诊疗中心**

# 您的结核病治疗旅程



尊敬的\_\_\_\_\_

您刚被诊断为结核病,感到疑惑和担忧是很自然的.

在国家结核病诊疗中心(NTBCC),我们致力于在您的治疗过程中为您提供支持,确保您获得清晰,及时,全面的医疗服务.本手册将为您提供有关结核病及治疗初期常见问题的重要信息.

我们将与您密切合作,帮助您恢复健康.

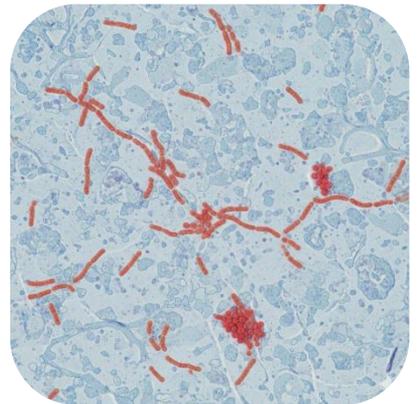
## 什么是结核病 (TB)?

结核病是由一种名为结核分枝杆菌的细菌引起的传染病.

虽然结核病是一种严重的疾病,但请放心,抗生素可以有效消灭结核菌.

然而,如果不进行治疗,五年内死于结核病的风险可高达50%.

结核菌通常攻击肺部,但也可能影响身体的其他部位.



## 有哪些症状?

常见症状包括:



咳嗽(超过3周)



痰中带血或咳血



胸痛



夜间盗汗



发烧



食欲不振



异常且持续的疲劳



不明原因的体重减轻

如果结核菌感染身体其他部位,症状会因受影响的部位而异.

**误区:如果没有结核病症状,就说明我没有结核病.**

结核菌生长缓慢,因此在早期阶段您可能没有任何症状.

及早开始治疗,有助于保护您现在及未来的身体健康.

## 结核病是如何传播的?



### 我是如何感染结核病的?

当肺结核患者咳嗽或打喷嚏时,结核菌会释放到空气中.这些细菌可以在空气中悬浮数小时,并通过呼吸进入人体.

这就是结核菌进入您体内的方式.

结核病通常会传播给与患者同住或密切接触的人,包括家人,朋友,同事及同学.

**误区:结核病菌会通过食物,触摸患者或他们的物品传播.**

只有通过吸入空气中的结核菌,才有感染风险.

食用由结核病患者准备或吃过的食物是安全的.

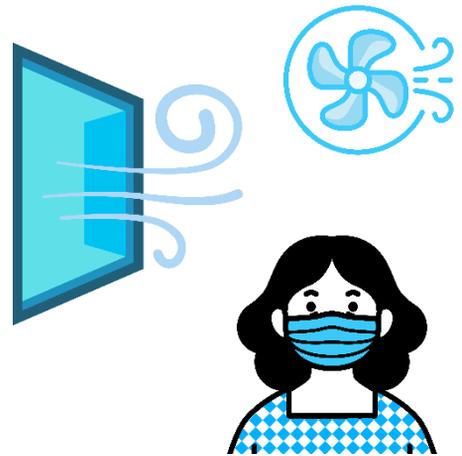
触摸结核病患者,他们的物品或共用餐具(如碗筷)不会感染结核病.因此,无需避免与结核病患者接触.

## 开始治疗后,我还会把结核病传染给其他人吗?

开始结核病治疗后,传染疾病的可能性会大大降低.因此,减少结核病传播的最好方法,就是坚持服药,不要中断.

在开始治疗后的前两周内,仍然有可能传播疾病,因此在这两周内应注意以下事项:

- 咳嗽或打喷嚏时请遮住口鼻.
- 避免前往人群密集场所.
- 在公共场所请佩戴口罩.
- 确保家中通风良好.
- 除前往国家结核病诊疗中心和综合诊疗所外,请尽量待在家中.
- 避免与五岁以下儿童,老人,孕妇及其他免疫力较弱的人密切接触.(密切接触包括同睡一个房间.)



通常,治疗满两周后,只要您规律服药,就不会再把结核病传染给人.您可以恢复工作和社交生活.

## 我担心我的家人.他们需要接受结核病检测吗?

如果您的检测结果显示需要进行接触者追踪,公共卫生官员(Public Health Officer)将与您联系.

密切接触者将被要求前往国家结核病筛查中心(NTBSC) 进行检查.费用由传染病管理局(CDA)全额资助.

如果您对接触者追踪有任何疑问,可在周一至周五上午 8 点至下午 5 点 30 分联系接触者追踪团队,邮箱地址为 [ntbp@cda.gov.sg](mailto:ntbp@cda.gov.sg), 电话为 9836 1082.

如果您的家庭成员或密切接触者出现结核病症状,请立即带他们就医.

## 如何治疗结核病?

结核病通常需要使用多种抗生素联合治疗,疗程一般为6到9个月.若患者有某些慢性疾病,出现副作用或耐药情况,治疗时间可能会更长.

在最初的两个月,您可能需要服用以下四种抗生素:利福平(Rifampicin),异烟肼(Isoniazid),乙胺丁醇(Ethambutol)和吡嗪酰胺(Pyrazinamide).



结核病治疗中常用的一些抗生素

如果您的治疗进展顺利,两个月后用药数量可能会减少.

### **误区:一旦我感觉好转,就可以停止服用结核病药物.**

这是不正确的.即使在治疗几周后您感觉好转,体内仍然残留着细菌.如果这些细菌没有被彻底清除,可能会导致:

- 结核病复发,和/或
- 发展成耐药结核病(更为危险).

一旦出现耐药结核病,您传染给他人的结核菌,也将是耐药型.

请务必按照医生的指示完成整个疗程,以确保您从结核病中完全康复,并保障您周围人的安全.

# 什么是耐药性(Drug Resistance)?

细菌拥有强大的生存策略.

当您中断服药时,体内的结核菌会再次开始繁殖.

细菌数量越多,其中部分细菌就越有可能发生基因突变,从而能够抵抗您服用的抗生素(即耐药).



这些耐药性细菌会在您体内继续大量繁殖,因为您正在服用的常规结核药物已无法消灭它们.

用于治疗耐药性结核病的药物有三个缺点:

1. 治疗时间更长,可长达 20个月.
2. 副作用更多.
3. 康复的几率降低.

## 关于您的结核病药物

### 这些药物有副作用吗?

结核病药物已在全球范围内使用数十年,通常情况下是安全的.

但部分患者仍可能出现副作用.

如果您出现以下症状,请在服药前告知负责配药的护士。



| 药物                     | 副作用  |
|------------------------|--|
| 所有结核病药物                | <p><u>肝脏炎症</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 持续恶心呕吐</li> <li>• 胃部不适/腹胀</li> <li>• 食欲不振</li> <li>• 尿色呈茶色</li> <li>• 大便颜色变浅</li> <li>• 眼睛和/或皮肤发黄</li> </ul> |
|                        | <p><u>过敏症状</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 持续瘙痒</li> <li>• 皮疹</li> <li>• 面部/眼睛/嘴唇/舌头肿胀</li> <li>• 呼吸困难</li> </ul>                                       |
|                        | <p><u>类似流感症状</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 发烧</li> <li>• 畏寒</li> <li>• 感觉虚弱或疲倦</li> </ul>   |
|                        | <p>不明原因的瘀青或出血</p>  |
| 乙胺丁醇<br>(Ethambutol)   | <p><u>视力变化</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 无法分辨红色和绿色</li> <li>• 视力模糊</li> <li>• 眼睛疼痛</li> </ul>   |
| 吡嗪酰胺<br>(Pyrazinamide) | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 肌肉酸痛</li> <li>• 关节疼痛</li> <li>• 痛风</li> </ul>   |
| 异烟肼<br>(Isoniazid)     | <p><u>神经问题</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 麻痹</li> <li>• 手脚刺痛</li> </ul>  |
| 利福平<br>(Rifampicin)    | <p><u>体液呈橙红色</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 尿液</li> <li>• 汗液</li> <li>• 泪液</li> </ul> <p>利福平会导致尿液、汗液和泪液呈现橙红色。这是身体对药物的正常反应，请您不必惊慌。</p>                  |

## 为什么我需要这么频繁地来复诊?

这是为了让医生评估您的治疗进展和整体健康状况。

每次复诊都会测量您的体重,以确保您获得合适的药物剂量.还会检查您的视力,以便在视力受影响时及早采取措施.

## 如果我感觉不舒服,可以自行停药吗?

**请勿自行停药.**如果您感到不适,请向您的医护人员咨询,以避免不必要地漏服药物,并降低产生耐药性的风险.

## 服用结核病药物期间需要注意什么吗?

- 避免饮酒.服用利福平,异烟肼和吡嗪酰胺期间饮酒会增加肝脏发炎的风险.
- 如果您吸烟,请为了您的健康考虑戒烟.
- 避免使用传统/草药疗法,因为它们可能会与结核病药物发生相互作用.
- 请告知您在国家结核病诊疗中心(NTBCC)的医生您目前正在服用的所有药物,因为其中一些药物可能会与结核病药物发生相互作用.
- 在开始服用任何补充剂和维生素之前,请先咨询医生.



## 直接观察疗法 (DOT)- 确保您完全康复

直接观察疗法(DOT)是指在综合诊疗所,由医护人员观察患者服用结核病药物.

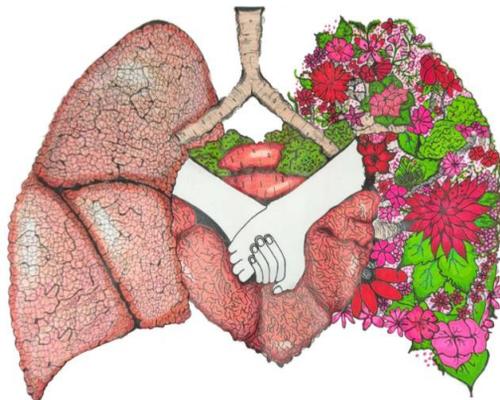


### 为什么需要直接观察疗法(DOT)?

直接观察疗法能提高治疗康复率,减少复发,并预防耐药性结核病.它

- 确保患者定期服用正确剂量的药物,以预防复发和耐药性结核病,
- 护士可以在患者出现副作用时及时采取行动,确保患者安全.

**祝您治疗顺利成功!早日康复!**



National Tuberculosis Care Centre  
**国家结核病诊疗中心**

144 Moulmein Road, Singapore 308089

联系方式:

6356 5294 (一般查询)  
ttsh.ntbcc@nhghealth.com.sg

开放时间:

周一至周五 上午8:00至下午5:00

周六,周日及公众假期休息



© National Healthcare Group Pte Ltd 2026. All rights reserved. All information correct as of January 2026. No part of this document may be reproduced, copied, reverse compiled, adapted, distributed, commercially exploited, displayed or stored in a database, retrieval system or transmitted in any form without prior permission of National Healthcare Group Pte Ltd. All information and material found in this document are for purposes of information only and are not meant to substitute any advice provided by your own physician or other medical professionals.