



任何年齡人士都有機會患腦膜炎，而非大眾以為的只有長幼才易罹患，而且相對病毒性感染，細菌性腦膜炎更具較高致命率，故大人小朋友同樣不可不防此症。



### 潛伏期可長達10天

林醫生表示，潛伏期視乎細菌或病毒而定，一般細菌性腦膜炎如腦膜炎雙球菌潛伏期約2至10天；病毒性腦膜炎如流感潛伏期一般1至4天；腸病毒的潛伏期為3至5天，病毒性和細菌性腦膜炎均可經由接觸及飛沫傳染。

發高燒容易出現熱性痙攣，症狀亦與腦膜炎相似。」

小童和成人腦膜炎患者的症狀大致相同，但幼兒病情很易急劇惡化。林醫生提醒家長，要細察病童的初期症狀，以防忽略而延誤醫治，原因是此症部分徵狀與一般呼吸道感染很類似，加上幼兒一旦感染，病情可於短時間惡化，至於症狀則視乎導致腦膜炎的細菌或病毒而定。

### 普遍早期徵狀：

- 發燒
- 上呼吸道感染症狀
- 長出紅疹
- 其後可能出現頭痛、嘔吐、嗜睡、頸部僵硬或抽搐，甚至休克。

幼兒若發高燒並出現紅疹或嘔吐、食欲不振、嗜睡等情況，必須盡快求醫，如出現抽搐症狀則必須前往急症室。



### 病原體眾多

腦膜炎是指包圍大腦及脊髓組織的腦脊膜發炎，一般是受到感染所致。此症分為病毒性和細菌性兩種，而真菌導致的腦膜炎相對較少，較為常見導致腦膜炎的細菌包括：腦膜炎雙球菌、肺炎鏈球菌、乙型流感嗜血桿菌，以及B型鏈球菌；病毒方面包括：流感病毒、腸病毒、日本腦炎、疱疹病毒等。

「部分人士感染腦膜炎的風險會較高，當中包括5歲以下幼兒、免疫系統較弱的兒童、16至25歲青少年、超過60歲的長者。腦膜炎主要成因是由病毒或細菌感染引起，病毒性腦膜炎較為常見，細菌性腦膜炎雖較少有，但其致命率較高。」

兒科專科林嘉儀醫生續指，引起腦膜炎的病原體有很多種，較常見有流行性腦脊膜炎、日本腦炎、結核病、肺炎鏈球菌、B型嗜血桿菌、腸病毒、疱疹病毒、沙門氏菌、隱球菌等。最根本預防方法是接種疫苗，所以為兒童接種疫苗十分重要。



# 易忽略 早期症狀難察 腦膜炎風險

### 某類患者需要截肢

林醫生過往曾遇過一些兒童因為感染流感、乙型流感嗜血桿菌和腸病毒而導致腦膜炎的個案，雖然患者最終沒有生命危險，然而卻造成聽力、智力及自理能力受損。

她指出，幼兒如及早醫治，有些個案可於2至3星期的治療後完全康復，然而大部分都有機會出現併發症。患者的視力、聽力及智力有機會因腦膜炎感染而受損，部分感染腦膜炎雙球菌的患者，則有機會需要截肢。

「腦膜炎療法包括支援治療及針對性治療，前者包括穩定患者血壓、呼吸、血氧、心跳及其他維生指標；後者一般針對導致感染的細菌/病毒，細菌性腦膜炎治療以抗生素為主，病毒性腦膜炎大部分對於抗病毒藥的治療效果未必必可如理想，有些則並沒有針對性的治療。」林醫生解釋。

### 可產生免疫抗體？

腦膜炎患者身體會對剛受感染的細菌或病毒產生抗體，並維持一段時間。然而由於身體整體狀況轉差，亦相對較容易感染其他病毒和細菌，嚴重感染時亦可導致再次感染腦膜炎。

「有效預防方法包括注意個人及環境衛生，保持雙手清潔，勤洗手，以1:99稀釋家用漂白水清潔家居，以及接種疫苗；衛生署的疫苗接種計劃已包括肺炎鏈球菌疫苗，家長可考慮為幼兒額外注射乙型流感嗜血桿菌疫苗、腦膜炎雙球菌疫苗、日本腦炎疫苗，以及每年接種流感疫苗，以減低感染後造成的嚴重併發症風險。」林醫生稱。



■接種疫苗是有效預防腦膜炎的方法。

### 健筆記

## 抑鬱症告急 新型藥物救助

經濟市道不景，可謂港人最近最為關心又憂心的問題。營商條件未如理想，打工仔及商家老闆同樣一併受影響；擔心收入問題、生活擔子沉重下，還容易衍生情緒及精神疾病，最常見是抑鬱症隨時突襲。

A先生小本經營貿易生意，疫情過後，生意缺乏起色。A先生賣掉物業，力挽狂瀾，但仍然不濟。最終結束公司，妻女搬回父母家中生活。太太十分明白丈夫的處境，一家人節衣縮食，生活亦過得去。

可是A先生心有不甘，緬懷過去事業如日方中的日子，整天呆在家中，自怨自艾。他推掉親戚的邀請、拒絕朋友的聚會。母親安慰他「馬死落地行」，但A先生依舊一蹶不振，甚至有尋死的念頭。

### 鼻噴劑起效更快

抑鬱症到了嚴重程度，完全提不起勁，思維變得負面，情緒越來越低落。怎樣勸喻都無補於事！A先生抑鬱

症狀嚴重，太太必須工作幫補家計，女兒學業要緊必須上學，白天只有年紀老邁的父母照顧A先生，其自殺風險非常高，此時，能急起直追的藥療十分重要。近年，有最新的抗抑鬱藥治療，可用於嚴重抑鬱病狀況，可於幾天內紓緩抑鬱的情緒。

Eskatamine屬於鼻噴劑，由鼻黏膜吸收，透過谷胺酸神經系統，直接刺激腦部情感控制中心Limbic System紓緩情緒。Eskatamine於2019年已獲美國食物及藥物局(FDA)批准，使用於急性抑鬱狀態及頑治抑鬱症。

嚴重抑鬱症過往只有安排入院治療，現在多了一個選擇，每星期兩次Eskatamine鼻噴劑治療。使用後身體會短暫不適，例如血壓輕微上升、頭暈等症狀。病人必須在診所休息兩小時，確保副作用完全消失。

A先生接受四星期療程後，情緒好轉，繼續服用抗抑鬱藥鞏固療效。他已找到了一份兼職工作，期望三至六個月後轉為全職，重新振作起來。



## 復康路同途 重新珍視人生

剛過去的復活節是基督教的重要節日，紀念耶穌基督從死亡中復活，象徵希望和新生。在現代社會，無論個人信仰背景如何，復活節都被視為一個重要的文化和社會活動，以慶祝新的開始和擁抱希望。

重生不僅是恢復身體的健康，更是一種心靈上的轉變和成長。響應「藝術3月」，香港乳癌基金會在上個月成功舉辦了表達藝術及攝影比賽，並以「Celebration of Hope」為主題，讓乳癌患者和康復者，透過藝術創作的形式，重新看待世界和發現生命的美。

### 藝創平台分享心路

有人說一幅畫呈現了一個世界。是次比賽收到不少作品，從這些作品中，我們看到很多不同的繽紛世界，由乳癌患者和康復者創造，充滿了正面的能量和鼓舞人心的故事。作為一名醫生，經常目睹乳癌患者在面對疾病時所經歷的痛苦和困惑。然而，這些作品見證了她們如何戰勝逆境，並在重生中找到希望

和新的意義。芸芸之中，「浮水畫看人生」這幅作品令人難忘。

繪畫這幅美麗新世界的作者提及：「這幅浮水畫猶如人生。畫有污點，並不影響到畫的美麗。人生有彎彎曲曲的過程，不順利。患乳癌，只是一個污點，並不影響美麗人生。」

此外，亦有參賽者透過攝影看世界，以鏡頭深入自己的內心與自然風景的故事。其中一幅「軟弱背後的堅毅」，是一隻在樹上攀爬的小龜，作者分享道：「小龜無數次爬上又掉下，牠從未放棄……竟如此堅毅，甚願逆境也成操練，並發現自己潛藏堅毅的一面！」

香港乳癌基金會定期舉辦各種不同的藝術創作活動，包括工作坊、比賽和展覽等，為乳癌患者和康復者提供平台，重新建立對生命的信心和希望，並在創作中找到自己的力量。她們的故事提醒我們，生命中的逆境並不是終結，而是一個新開始。願每個乳癌患者都能找到屬於自己的重生之旅，並在旅程中繼續發現生命的美麗和無限可能性。



丁錫全醫生 精神科專科



熊維嘉醫生

# 春天出世必做 十件改運大事

### 四大餓命改運法

小友最近很遲滯，他問我有甚麼極速改運方法？現在是春天，這幾個月不順的人通常木多，不夠金，一問果然小友是春天出世的人，我教他幾個補金的絕招，他做了之後馬上有改善，這是八字神數參破的生活秘密。

春夏秋冬四季出世的人，一生的行運密碼都走不出四大餓命改運法，就一定要知道自己是春夏秋冬哪段時間出世了！

春天出生通常是立春之後，即西曆2月4日到5月5日左右出生的朋友，夏天出生是指西曆5月6日至8月7日左右，特別是西曆6月，即午月出生的女孩火多，一定是靚女兼很霸道。秋天出生指西曆8月8日到11月7日左右。冬天是指西曆11月8日至翌年2月3

日左右。所以大家馬上就知道自己是春夏秋冬哪一個季節出生了。

### 春天出世要知改運大事

首先說春天，春天百花齊放，木好旺。春天出世的人，八字一定傾向於木多。我提供你十個方法，你一生你只要做這十樣事，就是你的改運大事了。

一個人木多自然很需要金，是餓金的！所以，你經過金鋪，入去吸吸些金氣也是好的，這是「庚辛」二金。當然你買就最好了，即使你不買，你走去櫥窗望望，或者入去逛逛亦行運。我認識一位春天出生的朋友，疫情期間被裁員，我就教他每次見工前去金鋪逛幾個圈吸吸金，果然成功受聘。

每天下午3時至7時是「申酉」金的時間，生於春天的朋友，你連續行4個小時運，所以，當你安排時間要開會、面試，或者見你的貴人，請你在下午3時後，亦即申酉時，是比較容易成功！當然，如果你之前已經去買了雞精喝，雞精也是金，或者你戴金錶、戴金器在身上，穿白色衫，都可助旺你的金。

要金的人很旺兩個英文字母G和H，皆因庚金排第七，辛金排第八，即英文字母排列的G和H。香港名店有這兩個字開頭，春天出世的人去那裏買東西，就特別當令。



■一個人木多自然很需要金，買有助改運。

春天出世的人，如果要揀樓，應該選幾多樓？幾多層？或者幾多號？答案就是7號和8號，7號是庚金，8號是辛金，你揀電話號碼多一點7788、7878，特別好運。春天出世的人，亦要多點去西邊旅行了，西方是金，即代表英國、德國、整個歐洲。

此外，春天出世的人，如果你能夠遇到下雪是非常好運的，雪是金。家中的雪櫃是「庚申」金密碼的物質顯現，所以，你每天在家中開開雪櫃都行運，甚至會莫名其妙地在大廳擺多一個大雪櫃，甚至辦公室會放個雪櫃。雪櫃裏面一定要擺很多金的東西，比如雪糕、冰條，雪櫃內一定要長年有冰！

春天出世的人，掌握我剛才說那十件事物就肯定會行運了。無論你是否在春天出世，相信你家人或身邊朋友一定有人需要！告訴他們馬上做馬上改運！

香港著名風水術數大師。近年因承租新光戲院及撰寫兼製作新派粵劇為人注目。十年間已上演了三十多套原創作品。近年開始拍攝玄學紀錄片。多次獲國際紀錄片大獎。

逢周一及周六刊登

部分圖片：李居明提供

註：以上純屬作者個人意見，不代表本報立場。