



健康問題

念珠菌（鵝口瘡）

什麼是念珠菌？

念珠菌或鵝口瘡是一種常見的酵母菌感染，稱為白念珠菌（*Candida albicans*）。它屬於真菌的一種，在正常人體都可以找到，包括：

- 口腔
- 胃部及腸道
- 皮膚
- 陰道

通常人體的免疫功能是可以控制酵母增生的，只有在它增生過度的情況下，才會損害健康，這會出現在以下的情況：

- 由於精神壓力或患病削弱了免疫系統。
- 服食抗生素，一併殺死可以制衡酵母的有益細菌，令它乘機增生。

鵝口瘡是愛滋病患者最常見的感染之一。

感染念珠菌有什麼病徵？

- 出現在口腔的念珠菌炎症亦叫鵝口瘡。口腔會出現不規則的白色粘膜，刮去粘膜，會發現下面的組織發紅並有痛感。鵝口瘡會令喉部不適，吞嚥痛楚，味覺改變，嘔心及食欲不振。若不醫治，它會擴散至喉嚨甚至胃部。
- 陰道感染念珠菌會引致陰部紅腫灼熱，痕癢疼痛，並會分泌粘稠的白色分泌物。

念珠菌可以防止嗎？

由於念珠菌跟其他細菌一樣正常地存在於人體內，不可能完全清除，亦沒有這個必要。服食抗愛滋病毒藥物可以增強免疫功能，是防止念珠菌增生的最佳方法。

通常醫生並不建議服用藥物來預防念珠菌的感染，除非它經常復發並擴散至喉嚨。

以下是常用的防止念珠菌感染的方法：

- 避免甜食，糖份高的食物與飲料。例如糖果，盒裝早餐麥片，白麵粉加工的食物（麵包，餅乾，蛋糕，炸甜圈餅），葡萄，葡萄汁及高碳水化合物化合物的食物。
- 服用含活乳酸菌（*Lactobacillus acidophilus*）的補充劑，市面有膠囊或粉劑可供選擇。
- 進食含活乳酸菌的酸乳酪。
- 使用含茶樹油（tea tree-oil）的漱口露漱口。



怎樣醫治念珠菌感染？

它的治療可以分為兩方面：

- 局部或表面治療，它直接實施於發病的部位，按病情使用不同的方式，例如藥膏（clotrimazole），栓劑（miconazole），糖錠或漱口藥液（Nystatin）。
- 整體性治療法，一般是內服藥丸，最常用的抗黴藥物包括Ketoconazole（Nizoral），itraconazole（Sporanox）及fluconazole（Diflucan）。有時侯，念珠菌會對這些藥物產生抗藥性，令這些藥物無效。在這種情況下，可能要使用靜脈注射名為Amphotericin B的藥物。
- 局部或表面治療通常比較經濟及較少副作用，不過，它可能味道不佳，或需較長時間發揮藥效。
- 整體性療法的費用較高，副作用亦較大，與其他藥物會產生相互作用，但藥效較快。
- 抗黴藥最常見的副作用包括噁心，嘔吐及皮疹。
- Itraconazole及 Ketoconazole與愛滋病患者常服的藥物會產生相互作用。
- Amphotericin B 可能會引致貧血及影響腎臟功能。

請記住同你的醫生或藥劑師商議相關的副作用，與其他藥物的相互作用，讓他們知道你正在服用的所有藥物，包括醫生處方及各種成藥，維生素及中草藥。

其他可以減輕感染念珠菌不適的方法：

- 飲食中減少進食辛辣的食物。
- 減少進食柑桔類水果（橙，檸檬，西柚）。
- 用膳及就寢前使用較軟的牙擦擦牙，按摩牙肉，並擦淨舌頭。
- 如果吞嚥困難，可進食較軟質的食物。
- 戒煙酒，因兩者會刺激口腔組織，增加不適。

Copyright @ACAS 2001 & 2004. This fact sheet is produced by ACAS (Asian Community AIDS Services) and is available in English, Chinese (Traditional and Simplified), Tagalog and Vietnamese. Funding for this project is provided by the Ontario HIV Treatment Network (OHTN) and Health Canada. Copies can be downloaded at : www.acas.org/treatment. ACAS provides comprehensive support and case management services for Asian people living with HIV/AIDS; and HIV/AIDS prevention education to the east and southeast Asian Canadian populations in the Greater Toronto Area. ACAS is located at 33 Isabella Street, Suite 107, Toronto, Ontario M4Y 2P7. Tel: (416)-963-4300, Fax: (416)-963-4371 Email: support@acas.org

Legal Disclaimer: While we make every attempt to ensure the accuracy and reliability of information contained in this website/ fact sheet, the information provided here are designed for reference purposes only. These information should not be relied upon as a substitute for medical advice from a qualified professional health care provider and should not be used for diagnosing or treating a condition or illness. Please consult a physician if you have any concerns about your health, treatment regimen and questions related to HIV/AIDS. ACAS, its employees and board members will not be responsible for any loss or harm, however arising, from the use of, or reliance on this information.