

## 快樂出行 健康回家 旅醫門診助您「疫」臂之力



民眾在規劃國際旅遊行程時，常忽略查詢目的地的流行疾病資訊與健康風險。衛福部疾病管制署提醒，健康準備與行程安排同等重要，提早規劃、完整準備，不僅能避免旅程中途生病的風險，也能確保旅途更加順利與安心。

受訪對象 | 國立臺灣大學醫學院附設醫院旅遊醫學教育訓練中心執行長 盧佳文  
文字撰寫 | 李靜

不同地區的氣候環境、傳染病流行狀況與公共衛生水準差異甚大，若未能事先掌握資訊並做好防護，一旦在國外染病，不僅影響行程，也可能面臨高額醫療費用與延誤治療的風險。

國立臺灣大學醫學院附設醫院旅遊醫學教育訓練中心執行長盧佳文醫師舉例，近年不少民眾喜歡前往南美洲秘魯庫斯科或馬丘比丘，高山症是常見的健康挑戰。部分旅客因自恃年輕力壯而輕忽準備，未攜帶預防藥物，結果到達當地即出現頭痛、噁心等症狀，嚴重者更可能發展為高山腦水腫或肺水腫，不僅被迫取消行程，還可能危及生命。

除了高山症，不同國家與地區還存在各式傳染病風險。例如前往非洲或中南美洲部分國家，須持有黃熱病疫苗接種證明方能入境，並注意瘧疾感染風險；赴東南亞旅行，需留意瘧疾、登革熱、屈公病與A型肝炎；即使是鄰近的日本或歐美國家，也可能面臨麻疹威脅；就連流感，也會依南北半球而有不同流行季節，需提早接種疫苗。

盧佳文提醒，疫苗的保護力通常需要2到4週才能建立，部分疫苗更需多次接種，建議旅客最

好提前4至8週前往醫院的旅遊醫學門診諮詢。讓醫師能依據目的地、旅行季節與個人健康狀況，設計專屬的健康準備計畫，更可以在醫師建議下攜帶感冒藥或胃腸藥，以減少突發狀況的困擾。

國內多家大型醫院目前皆設置「旅遊醫學門診」，配合「國際旅遊處方箋」服務，協助民眾更有系統地完成健康規劃。透過這些服務，醫師可評估旅客的行程內容與身體狀況，建議合適的疫苗與預防藥物，並開立國際預防接種證明書或處方。

為了方便醫師精準規劃，盧佳文建議，民眾就診時宜攜帶完整的行程說明，包括停留地點、活動類型與天數，並準備護照，以利開立疫苗接種等證明文件；同時，個人病史與過去疫苗接種紀錄也是必要資料，若能提供更完整的資訊，醫師即可針對可能的健康風險提出更貼近需求的建議，在國外旅遊更有保障。MOHW



### 特別誌謝

國立臺灣大學醫學院附設醫院旅遊醫學教育訓練中心  
執行長 盧佳文