

寨卡病毒：懷孕？正在嘗試懷孕？

什麼是寨卡病毒病？

- 寨卡病毒病是人被攜帶寨卡病毒的蚊子叮咬後會得的一種疾病。
- 如果孕婦患上寨卡病毒病，病毒會對其胎兒造成嚴重的先天缺陷。
- 目前尚無疫苗可以預防寨卡病毒，也沒有治療方法。

哪些國家和地區有寨卡病毒病？

目前，在墨西哥、中美洲、南美洲、加勒比海、太平洋島嶼、東南亞和非洲都發現了寨卡病毒病。如需詳細瞭解哪個國家有寨卡病毒病風險，請瀏覽

<https://wwwnc.cdc.gov/travel/page/zika-information>

- 佛羅里達州和德克薩斯州的小部分區域也有寨卡病毒病
- 寨卡病毒病未在舊金山或加利福尼亞州傳播
- 參見 www.cdc.gov/zika/geo/index.html 瞭解寨卡病毒病傳播區域的詳細資訊

寨卡病毒病的症狀是什麼？

- 發熱，皮疹，關節或肌肉疼痛，紅眼。大多數人沒有任何症狀。

如果我這次懷孕期間去過這些地區，應該怎麼辦？

請立即告訴您的醫療服務提供者。

如果您在旅行期間或回國後出現了任何寨卡病毒病的症狀，請立即聯絡醫療服務提供者。您的醫療服務提供者可以檢查確認您是否感染寨卡病毒。

如果我正計劃前往有寨卡病毒的地區，應該怎麼辦？

如果您已懷孕，您應推遲您的行程。如果您無法推遲行程，請告知您的醫療服務提供者，並且在旅行期間應保護自己不受蚊蟲叮咬。

如何保護自己不受蚊蟲叮咬？

如果您在有寨卡病毒的地區，請透過以下方式保護自己不受蚊蟲叮咬：

- 穿長袖衣服和長褲
- 使用含有以下成分之一的驅蚊液*：
 - DEET (避蚊胺)
 - Picaridin (派卡瑞丁)
 - IR3535
 - Oil of lemon eucalyptus (檸檬桉樹油)

*這些產品可以在 Walgreens、Target、REI 買到。

*如果按產品說明使用，這些產品在懷孕或哺乳期間使用是安全的。

如何防止透過性行為感染寨卡病毒？

如果您的伴侶去過有寨卡病毒的地區，在整個孕期的每次性行為（不論是經陰道、肛門還是口腔）都使用安全套或避免發生性行為。

如果我的伴侶和我正計劃懷孕，應該怎麼辦？

- 如果您正計劃懷孕，而您曾去過或住在有寨卡病毒的地區，離開這些地區後，您應等待至少 **8 週** 才能開始嘗試懷孕。
- 如果您的男性伴侶曾去過或住在有寨卡病毒的地區並被診斷感染寨卡病毒或者有寨卡病毒病的症狀，您應等待 **6 個月** 後才能開始嘗試懷孕。在此之前，每次性行為都要使用安全套（不論是經陰道、肛門還是口腔），或者直接避免性行為。
- 如果您已前往或計劃前往東南亞或非洲旅遊，請諮詢您的醫療服務提供者。

有問題？

- 請聯絡醫療服務提供者。如果您沒有可諮詢的醫生，請致電新患者預約部，電話：415-682-1740。得知懷孕後請盡快尋求產前護理。
- 造訪疾病控制中心 (CDC) 寨卡病毒病網站：www.cdc.gov/zika/
- 造訪三藩市公共衛生部寨卡病毒資訊網頁：www.sfcddcp.org/zika

