

成因不明病徵不一 需眾多治療方法配合 醫學界對抗長新冠 整合醫療資源成要務

◆長新冠患者受後遺症影響，感到前路茫茫。
網上圖片

新冠肺炎患者在康復後，有機會出現「長新冠」後遺症，影響許多患者的生活，也是後疫情時代的重要挑戰。全球多地的醫學專家都指出，現時長新冠成因不明、病徵不一，患者從診斷、治療再到康復的過程，需要眾多治療方法互相配合。在醫學界繼續探索長新冠的根源時，當局也要充分整合協調醫療資源，為長新冠患者提供更多保障。

澳洲悉尼聖文森特醫院長新冠專科診所負責人伯恩表示，醫學界還沒有長新冠的同一診斷方法，「有時我們會發現，長新冠患者其實不知道自己患有長期疾病，例如糖尿病、哮喘或睡眠呼吸暫停綜合症等。」新加坡陳篤生醫院傳染病科高級專家巴納比·揚也提到，長新冠不少病徵與慢性疲勞綜合症相近，「我相信醫學界會對此有更多關注和研究。」

病徵最複雜者多未接種疫苗

巴納比·揚還發現，多數長新冠患者尤其病徵最複雜的病患，染疫前往往往未接種新冠疫苗，這或意味完全接種疫苗有助降低患上長新冠的風險，「新加坡的疫苗接種率非常好，我認為約97%的合資格人士都已打針，在疫苗屏障方面讓人放心。」

美國紐約康復醫學專家普特里諾指出，就像治療癌症需要多種方式配合一樣，治療長新冠也要根據不同病徵，提供針對性方案，「我相信不是每名長新冠患者都有自身免疫性疾病，或是體內有病毒殘留，也並非每名病患都有神經功能障礙。我們下一步需要跳出局限性思維，用更精確的方法為患者分類，再安排適當治療方法。」

南非約翰內斯堡公共衛生專家賈薩特也分析，應對長新冠的醫療系統要加以完善，讓全科醫生、專科醫生、康復專家、物理治療師和心理學家配合，諸如氧氣等醫療資源也要準備充足。賈薩特認為，發展中國家整合醫療資源較發達國家更困難，患者轉介工作還不夠暢順，「我們現時沒有這種全方位服務的計劃，未能認真對待部分患者的求助。」

不斷收集數據 多學科領域關注

悉尼聖文森特醫院長新冠專科診所傳染病專家馬修斯稱，醫學界正在收集長新冠的更多數據，「我們還在了解長新冠的持續時間、對患者的影響，以及隨着時間推移的病徵變化。面對沒有治療經驗的新疾病，我們要不斷探索加深了解，才能提升治療信心，規劃患者所需的治療方案和其他支援。」

馬修斯承認，現時確實沒有應對長新冠的完善方法，但他強調長新冠問題已獲得多個學科領域關注，多數患者經過妥善治療，病徵都能改善，「不論是物理治療還是心理輔導，這些支援對長新冠患者都至關重要。」

◆綜合報道

美列「隱形殘疾」提供職場便利

許多長新冠患者因慢性疾病導致身體機能受損，包括美國等部分國家將他們列為「隱形殘疾人士」。美國疾病控制及預防中心（CDC）統計顯示，將隱形殘疾包含在內，當地殘疾人口約佔總人口四分之一。隨着長新冠問題更受關注，愈來愈多聲音呼籲社會關注「隱形殘疾人士」，為他們提供更多支援。

長新冠患者的病徵與一些免疫系統疾病相似，醫學期刊《美國心臟病協會雜誌》刊登的一項研究顯示，多達95%長新冠患者病徵符合「姿勢性心動過速綜合症」（POTS）的標準，包括站立時心率加快，出現頭暈、疲倦、視力模糊和腦霧等。許多患者的日常生活因此嚴重受限，難以重返職場，需要長期接受治療。

遙距辦公縮短工時

美國將長新冠列為殘疾成因後，長新冠患者可在職場獲得更多便利。按照規定，僱主與員工可以協商調整工作形式，包括改為遙距辦公、減少一些工作任務或縮短工時等。也有一些企業主動為患長新冠的員工提供便利，例如允許他們不必站立辦公，又或安排教練提供一對一的康復訓練等。

康涅狄格大學專門研究疾病與殘疾問題的社會學家莫爾丁指出，長新冠也提醒人們要重視殘疾問題，「很多長新冠患者或因擔憂受到歧視，拒絕自稱為『殘疾人』。我們正是要引導人們了解患上慢性疾病後如何調整心態，積極尋求幫助，適應新的生活節奏。」

◆綜合報道

兒童患者易疲倦 專家倡學校靈活安排休息

兒童染疫康復後也有機會患上長新冠，英國去年一項研究便發現每7名染疫兒童當中，就有一人染疫15周後仍有疲倦等病徵。

當地非牟利組織「長新冠兒童」創辦人麥克法蘭提醒，醫生需注意識別兒童可能患上長新冠的信號，安排適當治療。也有專家建議學校、醫療機構和家庭配合，關注長新冠兒童的學習和生活需求。

專家指出，學校可以特別協助患有長新冠的學童，例如為他們安排靈活休息時間，減少劇烈運動以緩解疲倦。對於記憶力下降或注意力不集中的學童，教師可適

當調整作業內容，或為學童延長完成作業或測試的時間，減輕他們的壓力。學校的社工和心理學專家還可安排心理輔導，通過循序漸進協助，舒緩學童的焦慮或抑鬱情緒。

曾任職教師的英國薩默塞特郡議員帕特里克日前發起籌款活動，籌集1.35萬英鎊為當地學校提供10個空氣淨化器，冀降低學童在校染疫風險。英國教育部本學年也計劃為各地學校撥款18億英鎊，其中部分資金用於改善課室通風條件。

◆綜合報道



英設90間長新冠診所 可遙距就診助基層患者

不少地區都推出特別專科診所治療「長新冠」患者，英國去年便斥資9,400萬英鎊，設立長新冠診所網絡。現時英格蘭已有90間這類診所，其中部分以網上虛擬診所形式運作，提供遙距問診，幫助患上長新冠的基層民眾，有特殊需要的患者也可接受專科評估和治療。

在英國，長新冠患者會經各間醫療機構轉介至專科診所，進行體格、認知和心理初步評估，確認他們是否患有慢性疾病、注意力不集中或是有精神健康問題。長新冠診所由跨專業團隊合作，包括呼吸系統科醫生、物理治療師、心理學家、營養師和社工等，可以為患者度身訂訂康復計劃。如有特別需求，長新冠診所還會轉介患者接受專科治療，包

括肺病及心臟病治療、睡眠測試或體能康復訓練等。

英格蘭還設有14間兒科中心，為染疫兒童和青少年提供非臨床醫療服務。跨專業團隊會評估患者情況，再轉介至合適的醫院或專科診所。兒科中心也會收集兒童長新冠相關數據，協助改善治療方案。

英國營運長新冠診所網絡時，也發現存在患者輪候時間過長、資源分配不均、醫護人手不足等問題。英國政府據此致力放寬海外醫護招聘條件，允許醫療專業人士在英長期居留，亦為他們提供更好待遇，以緩解醫療系統壓力。

◆綜合報道



◆部分診所以網上虛擬形式運作，提供遙距問診。
網上圖片



◆英研究指每7名染疫兒童當中，就有一人染疫15周後仍有疲倦等病徵。
網上圖片