小朋友旅行先至病 點算好？

撰文：張傑醫生

每年年末也是快樂和痛苦的混合季節，痛苦可能是孩子要考試、在職父母忙著公司的年結。快樂的是有較長的假期，可以有時間去旅行休息。不過，不少父母其實心驚膽跳，原因是他們安排了與孩子出門，但是孩子如果這個時候才生病，該怎麼辦呢？

如果遇到的是意外或大病，旅行必然會取消的。最大問題的卻是孩子患上小病，但怕影響行程。首先，筆者建議要先「預防」。有些朋友會問，生病怎樣可預防呢？答案是可以的，只要嚴守出發前兩星期的時間。首先，筆者建議在出發前最少兩星期替孩子注射流感疫苗，因為疫苗需要半個月才可生效。在眾多發燒相關的疾病當中，只有流感是有疫苗可以注射的。

接著，在最常見的兒童簡單傳染病症中，例如病毒性腹瀉、上呼吸道感染、水痘和急性胃炎等，潛伏期一般在一星期內。所以，父母必須盡量避免孩子接觸這一類疾病的源頭，包括室內的遊樂中心、泳池、醫院和遊樂場等等。雖然手段較嚴苛，但是如果以旅行為目標，也要作出少許犧牲。再者，若是真的不幸在兩星期前染病，理論上也有足夠的時間可以復原。

如果不幸在出發前生病，第一當然是看醫生。當證實只是小毛病時，請留意以下 5 個重點：

1. 請醫生開足夠的藥物，直至旅程完畢

2. 如果藥物（例如液體的抗生素）是需要儲存在雪櫃中，就要考慮轉換酒店之間保存的問題

3. 請醫生準備病程和診斷結果的信或記錄在健康手冊中，以便當地醫護人員跟從

4. 如要攜帶液體的藥物上機，請先向航空公司查詢。在有需要時，醫生要預先用文字形式通知航空公司

5. 向售賣旅遊保險公司查詢有關當地看緊急醫療的安排

有時小朋友生病的確避無可避，不過總有東西可以配合的。