

季節性流感問答集

Q：什麼是流感(Influenza)？

A：流感是由「流感病毒」引起之急性呼吸道疾病。發病初期之全身性症狀嚴重，包括發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等，足以影響工作能力。在高危險群之病患，其嚴重之併發症亦可能導致死亡，根據估計約每 5,000~10,000 名患者，就會有 1 人死亡。

Q：流感及一般感冒有何不同？

A：流感和感冒是兩回事，雖同為病毒感染，但其致病原不同，且症狀輕重有別，以下表列兩者之不同：

	流感(Influenza, Flu)	普通感冒(Common Cold)
致病原	流感病毒分為 A、B、C 三型。 另外，因為它很容易發生變異，所以容易發生大流行	會引起感冒的病毒有大約 200 多種，包括比較常見的：鼻病毒、副流行性感冒病毒、呼吸道細胞融合性病毒、腺病毒等等
潛伏期	1-3 天	約 1 天
感染型態	1. 不分年齡層 2. 症狀突然發生，通常會引起全身性症狀，且有可能有嚴重合併症，甚至死亡	1. 不分年齡層 2. 症狀逐漸發生，通常只有局部上呼吸道症狀，多無嚴重合併症
臨床症狀	1. 高燒，有時伴隨寒顫；發燒可能持續 3 天 2. 通常伴隨著嚴重的頭痛 3. 全身性的肌肉酸痛及關節疼痛，會有明顯且持續的疲勞與虛弱；部份幼兒會有小腿肌肉觸痛	1. 較少見發燒，如果有的話，體溫也只有些微的升高 2. 偶爾會有輕微的頭痛 3. 較輕微或少見

病程	1~2 週	短期間可復原
併發症	肺炎、鼻竇炎、支氣管炎、中耳炎、心肌炎、腦病變、腦炎、雷氏症候群等	較少出現合併症
治療方法	依照醫師處方給予抗病毒藥物治療及支持性療法	感冒多半可自癒，支持性療法
預防方法	<ol style="list-style-type: none"> 1. 應考慮接受流感疫苗的接種 2. 勤洗手，在流感流行時應避免出入人多擁擠的場合，減少病毒感染的機會 3. 平時保持正常作息及良好生活習慣，提升自我免疫力 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 勤洗手，在感冒流行時應避免出入人多擁擠的場合，減少病毒感染的機會 2. 平時保持正常作息及良好生活習慣，提升自我免疫力

Q：認識流感病毒？

A：流感病毒是一種 RNA 病毒，有 A、B、C 三型，其中 A 型病毒較容易發生變異，如果出現一種新的病毒亞型，將會引起全世界的大流行；B 型病毒則會發生比較輕微的變異，C 型病毒則甚少在人類造成疾病。A 型病毒依其兩種主要抗原（HA, NA）的不同，區分為不同亞型；近百年來曾經在人類身上發生大流行，且成為目前每年季節性流感的型別有 H1N1、H2N2 及 H3N2 等。

Q：流感是如何傳染的？

A：（1）流感主要藉由飛沫傳染，經由咳嗽、打噴嚏等途徑將病毒傳給鄰近的人，尤其是在密閉空間中經由空氣傳播。

（2）由於流感病毒可在寒冷低溼度的環境中存活數小時，故亦可能經由接觸傳染。因此，注重個人衛生及洗手是預防傳染的重要事項。

Q：流感之潛伏期及可傳染期？

A：所謂潛伏期是指被感染至發病（出現症狀）這段期間，而流感之潛伏期短，通常 1~3 天；罹患流感的成人，在發病前一天至症狀出現後的 3~7 天均可能會傳染給他人，小孩則到發病後 7 天仍具傳染力。

Q：流感及流感併發重症之好發季節？

A：臺灣地處亞熱帶，流感一年四季均可發生，但仍以冬季較容易發生流行。歷年來多自 11 月下旬開始病例逐漸上升，12 月至隔年 1 月份進入高峰，一般持續至農曆春節，流行期可能延長至隔年 2、3 月；而局部流行及零星病例則每個月都可能發生。

Q：流感的症狀及併發症

A：（1）感染流感病毒後會發生嚴重之全身性症狀，例如急性發燒（耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ）、頭痛、咳嗽、喉嚨痛及全身肌肉痠痛等。

（2）流感除了會引起全身性症狀外，還有可能引發嚴重併發症。流感併發重症多見於老年人、小孩，以及患有心、肺、腎臟及代謝性疾病或免疫功能不全者，最常見的併發症是肺炎，有些是病毒本身引起的，有些則是繼發性細菌感染，其他還包括中耳炎、鼻竇炎、腦炎、腦病變、雷氏症候群及其他嚴重之繼發性感染等。

Q：預防流感及流感併發重症的方法

A：（1）應考慮接受流感疫苗的接種，尤其是高危險群（65 歲以上老人、6 個月以上 2 歲以下幼童、慢性心肺疾病及糖尿病等患者）或居住於安養機構及長期處於易快速傳染流感地方（如醫療院所）的人。【有關流感疫苗接種之相關資訊，請參閱本局出版之「流感疫苗接種手冊」或至本局「全球資訊網」（網址：<http://www.cdc.gov.tw/>）或流感防治網（網址：<http://flu.cdc.gov.tw/>）

查詢】

(2) 在發病初期，經醫師評估處方服用抗病毒藥，可減輕症狀及縮短病程。尤其是 65 歲以上民眾如出現類似感冒症狀時，請儘速就醫，經醫師診療後使用抗病毒藥物。

Q：流感的防治方法，除打疫苗外還有什麼方法可以避免感染？

A：(1) 注重保健、均衡營養、適度運動，以提升自身抵抗力。

(2) 注意居家環境的清潔衛生及通風。

(3) 加強個人衛生、勤洗手，以避免經由咳嗽、鼻涕，或經由手接觸口沫或鼻涕等黏液之病毒傳播途徑。

(4) 流感流行期間避免出入人潮擁擠、空氣不流通的公共場所。

Q：感染流感病毒後應注意事項

A：

1. 若出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等呼吸道症狀時，應戴上口罩，並請儘速就醫。

2. 生病時，儘量不上班、不上課。

3. 當感染流感時，應多休息、多喝水。

4. 流感係病毒性疾病，故抗生素並無法有效治療，因此，不應自行或要求服用抗生素，需遵照醫囑服用藥物。