

流行性感冒

家庭醫學部 余貴華醫師/賴志冠醫師

1918 年的秋天，當人們正忙著參加第一次世界大戰之時，某種不知名的疾病悄悄的席捲全球，在 1918~1919 年之間奪走了 4000 萬條人命，全世界有 1/3 的人受到感染，在當年造成未知的恐懼和害怕。然而將近 100 年來，神祕的傳染性疾病一直沒有消失，在每年的秋冬和早春都會捲土重來。那是----流行性感冒（簡稱流感）。

流感是由流感病毒所引起，主要經由吸入空氣中的飛沫或是接觸到口沫、鼻涕等黏液而感染。流感的潛伏期約 1-4 天，感染流感後主要症狀為發燒（連續 3 天高於 39°C）、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛及咳嗽等，部分患者伴有腹瀉、嘔吐等症狀。多數患者在發病後會自行痊癒，少數患者可能出現嚴重併發症，常見為病毒性肺炎及細菌性肺炎，另外還包括中耳炎、腦炎、心包膜炎及其他嚴重之繼發性感染等。高危險族群包括老年人、嬰幼兒及患有心、肺、腎臟及代謝性疾病等慢性病患者，或免疫功能不全者。

	流感	一般感冒
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀
發燒	3-4 天高燒 39°C)	較少發燒
病程	1-2 週	2-5 天
併發症	可能併發肺炎、心肌炎、 腦炎、神經症狀等	少見（中耳炎等）

大部分健康成年人在感染流感後可自行痊癒，主要以症狀治療的支持性療法為主，但少數患者或是高風險族群會出現嚴重併發症，因此臨床上出現嚴重流感癥兆時，應儘速就醫，並依醫師評估，服用流感抗病毒藥劑。抗病毒藥劑在發病後的 48 小時內使用效果最好，國內使用的流感抗病毒藥劑主要為克流感及瑞樂沙。

嚴重流感癥兆

1. 呼吸困難及急促
2. 發紺（缺氧）
3. 血痰或痰液變濃
4. 胸痛
5. 意識改變
6. 低血壓
7. 高燒持續 72 小時

目前政府於每年 10 月 1 日開始，針對 65 歲以上老人、滿 6 個月至國小 6 年級兒童、醫事衛生等防疫相關人員、禽畜養殖與動物防疫相關人員、機構住民、

罕見疾病、重大傷病、50-64 歲高風險慢性病患及孕婦等，提供公費季節流感疫苗接種。

完成疫苗接種後約 2 週產生保護力，保護效果在 6 個月後會逐漸下降，且每年流行的病毒株可能不同，建議應每年接種流感疫苗，以獲得足夠保護力。

接種注意事項

1. 發燒或正患有急性中重疾病者，宜待病情穩定後再接種。
 2. 出生未滿 6 個月，因無使用效益及安全性等臨床資料，故不予接種。
 3. 先前接種本疫苗六週內曾發生 Guillain-Barré 症候群(急性周邊神經病變)者，宜請醫師評估。
 4. 其他經醫師評估不適合接種者，不予接種
-

預防流感，除了按時接種流感疫苗，應從日常生活做起，注意手部衛生、養成洗手的習慣、在流感期間避免進出公共場所或是人多的地方、生病時在家休養、均衡飲食及運動等都是遠離流感病毒的好方法。

健康勤洗手～病菌遠離我