

什麼是流感?主要症狀是什麼?

流感是由流感病毒引起的急性呼吸道感染疾病, 流感病毒有 A, B 及 C 型, A 型和 B 型幾乎每年引起季節性的流行, C 型則以輕微的上呼吸道感染為表現, 一般不會造成流行, 主要感染人類的 A 型流感病毒型別為 H1 N1 與 H3N2。

流感症狀包括發燒頭痛, 流鼻水, 喉嚨痛, 咳嗽, 肌肉酸痛及疲倦等, 高危險群的病患可能引發嚴重併發症, 甚至導致死亡, 最常見併發症為肺炎, 其他還可能併發中耳炎, 鼻竇炎, 腦炎, 心肌炎, 心包膜炎等。

流感與一般感冒有哪些不一樣?

感冒的致病原是多達數百種不同的病毒和細菌, 流感則是由流感病毒引起的急性呼吸道傳染病, 和一般感冒相比, 流感容易出現明顯的頭痛發燒倦怠肌肉酸痛等, 通常症狀發作較突然, 痊癒的時間也比一般感冒長, 約需 1 至 2 週甚至數週才能完全恢復, 而且容易引發併發症, 甚至導致死亡, 流感病毒和一般感冒相比, 還有一個重要特點, 即非常容易發生突變且傳染力相當強, 當病毒外表的抗原發生變化, 會具有侵襲大部分人群的能力, 依其變異程度不同, 會在短時間內造成規模不等的流行。

流感傳播方式及潛伏期

流感主要藉由咳嗽打噴嚏等飛沫傳染方式, 將病毒傳播給周圍的人, 也可能因接觸到污染物表面上的口沫和鼻涕等黏液, 再觸摸自己的口鼻而傳染, 因此個人衛生及洗手是預防傳染的重要事項。

流感潛伏期 (被感染的症狀出現) 約 1 到 3 天, 罹患流感的人在發病前一天至症狀出現後的 3 到 7 天, 都可能會傳染給別人, 而幼童的傳播期則可能更長。

流感高危險群

所謂流感高危險群是指比平常人有較多機會感染流感及感染後易發生嚴重併發症的人, 包括兩歲以下幼兒, 65 歲以上長者, 居住於安養等長期照護機構之住民, 罹患心肺肝等潛在性疾病者, 因慢性代謝性疾病糖尿病、腎衰竭、血紅素病變、免疫不全症需長期治療者、追蹤或住院者、孕婦、過度肥胖、六個月大到 18 歲、需接受長期阿斯匹靈治療者等人員。

流感的危險徵兆

一般人的危險徵兆為呼吸急促, 呼吸困難, 發紺(缺氧嘴唇發紫或變藍), 血痰, 胸痛, 意識改變, 低血壓, 高燒持續 72 小時等, 但嬰幼兒不善表達身體的不適症狀, 建議可以觀察寶寶有無呼吸急促或困難, 缺乏意識不容易喚醒及活動力低下, 皆可作為判斷危險徵兆的重要指標。

該如何做才能有效對抗流感

- 1、接種流感疫苗：預防流感最有效的方式, 尤其是免疫力較差的長者, 幼兒, 慢性病患者等高危險群, 及國小學童與醫護人員等高傳播族群。
- 2、生活好習慣：注意手部衛生及咳嗽禮節, 生病在家休息, 維持正常作息。
- 3、有流感症狀立即就醫, 依醫囑服用藥物。

《流感疫苗 Q&A》

Q: 為何每年都要接種流感疫苗?

A: 由於流感病毒極易產生變異, 幾乎每年流行的病毒株都會稍有不同, 原施打疫苗對不同抗原型之病毒並不具免疫力, 致保護效果減低, 即使病毒未發生變異, 疫苗成分相同, 接種四到六個月後, 保護效果即可能下降, 保護力一般不超過 1 年, 因此建議每年均須接種一次, 是全球一致性的做法。

Q: 接種流感疫苗的保護效果如何?

A: 根據國外文獻, 流感疫苗之保護力因年齡和身體狀況不同而異, 平均約可達 30 至 80%, 對健康的成年人有 70 到 90% 的保護效果, 若老年人罹患流感可減少 50 至 60% 的嚴重性疾病發症, 並可減少 80% 之死亡率, 此外疫苗保護效果亦需視當年疫苗株與實際流行的病毒株型別是否相符, 一般保護力會隨病毒型差異加大而降低。

Q: 為什麼今年我已打了流感疫苗還是會感冒?

A: 普通感冒的致病原是多達數百種不同的病毒和細菌。流感則是由流感病毒引起的急性呼吸道傳染病, 兩者並不相同, 流感疫苗所包含之病毒株僅包含目前最常流行之三種病毒型別, 加以病毒易突變特性, 故於接種流感疫苗後, 是有可能感染其他型別流感。另外個人接種流感疫苗後, 產生之保護效果亦有個別差異, 故少數人也有可能在保護力不足的情形下感染病毒。

Q: 接種流感疫苗後多久可以產生保護力?

A: 完成流感疫苗接種至少約兩週後產生保護力。

Q: 因應秋冬流感疫情, 何時接種流感疫苗才來得及產生保護力?

A: 由於台灣地處亞熱帶, 一年四季皆可能發生流感, 但是仍以秋冬季節較容易發生流行, 歷年來流感疫情多自 11 月下旬開始升溫, 於年底至翌年年初達到高峰, 一般持續至春節, 於 2~3 月後趨平緩, 故建議高危險群及高傳播群, 應於 10 月流感季節開始便進行疫苗接種, 讓整個流感季均有疫苗保護力。

Q: 哪些人不適合接種流感疫苗?

- A: 1、已知對蛋之蛋白質有嚴重過敏者, 不予接種。
2、已知對疫苗的成分有過敏者, 不予接種。
3、過去注射曾經發生嚴重不良反應者, 不予接種。

Q: 打流感疫苗會有什麼副作用?

A: 接種後可能會有注射部位疼痛紅腫, 少數的人會有全身性的輕微反應, 如發燒頭痛、肌肉酸痛、噁心、皮膚搔癢、蕁麻疹和紅疹等, 一般會在發生後 1~2 天內自然恢復, 極少發生嚴重的副作用, 如立即型過敏反應, 甚至過敏性休克等不適情形, 若不幸發生通常於接種後幾分鐘至幾小時內即出現症狀。

Q: 流感疫苗接種後注意事項?

A:

- 1、接種疫苗後有極低的可能性發生立即型過敏反應, 嚴重時可能導致過敏性休克, 為了能在事件發生後立即進行醫療處置, 接種疫苗後應於接種單位或附近稍微休息, 並觀察至少 30 分鐘以上, 如果沒有不適症狀再離開。
- 2、使用抗血小板和抗凝血藥物或凝血功能異常者, 施打後於注射部位加壓至少兩分鐘, 並觀察是否仍有出血和血腫情形。
- 3、接種後應注意有無持續發燒(超過 48 小時)、意識或行為改變、呼吸困難、心跳加速等異常狀況, 如有不適, 應盡速就醫告知醫師相關症狀, 症狀發生時間、疫苗接種時間, 以作為診斷參考, 並通報當地衛生局或 1922 疫情通報及關懷專線。
- 4、完成疫苗接種後, 雖可有效降低感染流感病毒的機率, 但仍可能罹患其他非流感病毒所引起的呼吸道感染, 請注意個人衛生保健及各種預防措施, 維護身體健康。