Q: 什麼是流感?主要症狀是什麼?

A: 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,且一般不會造成流行。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。

Q: 有流感症狀時,何時要就醫?

A: 流感病程演變快速,有流感症狀應立即戴口罩就近診所就醫,並依醫囑服用藥物。出現危險徵兆,如呼吸急促、呼吸困難、發紺(缺氧、嘴唇發紫或變藍)、血痰、胸痛、意識改變、血壓低等,請儘速/轉診至大醫院,掌握治療的黃金時間,以降低重症及死亡風險。

Q: 流感與一般感冒有什麼不一樣?

A: 感冒的致病原是多達數百種的不同病毒,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熱、倦怠、肌肉酸痛等症狀,且通常症狀發作較突然,痊癒所須時間比一般感冒長,約需 1-2 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。

流威與一般感冒的差別			
項目	流感	一般感冒	
病原體	流感病毒	腺病毒、呼吸道融合病毒、鼻病 毒等	
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀	
發病速度	突發性	突發/漸進性	
臨床症狀	喉嚨痛、倦怠、肌肉痠痛	喉嚨痛、噴嚏、鼻塞	
發燒	高燒3-4天	少發燒,僅體溫些微升高	
病情	嚴重、無法工作/上課	較輕微	
病程	約1-2週	約2-5天	
併發症	肺炎、心肌炎等	少見 (中耳炎或其他)	
流行期間	冬季多	春秋冬季	
傳染性	高傳染性	傳染性不一	

Q: 流感的傳染途徑、潛伏期與可傳染期為何?



儘速轉診

至大醫院

A: 1.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,亦可能因接觸到污染物表面上的口 沫或鼻涕等黏液, 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措施。

2.流感潛伏期(被感染至症狀出現)約 **1-4** 天;罹患流感的人,在發病前 **1** 天至症狀出現後的 **3-7** 天都可能 會傳染給別人,而幼 童的傳播期則可能更長。

Q: 流感病程之可能樣態?

A:

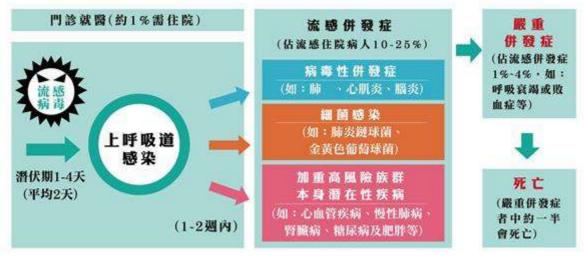
流感病程之可能樣態



危險徵兆

呼吸困難、呼吸急促、發紺(缺氧)、 血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、 低血壓或高燒持續72小時

65歲以上長者或有潛在疾病者,應提高警覺



Q: 預防流感,居家環境應如何清潔?

A: 1.平時定期清潔經常接觸的物品,如鍵盤、課桌椅、門把以及公用電話,但沒有必要使用漂白水等特殊清潔劑。

- 2.留置流感病患的場所,病毒污染程度較高,因此可採取下列方式消毒:
- (1)使用政府核可的消毒藥品。
- (2)使用濃度 70%的酒精消毒室內環境表面,或將 3 份 95%的酒精加 1 份水(比例 3:1)稀釋後再消毒。



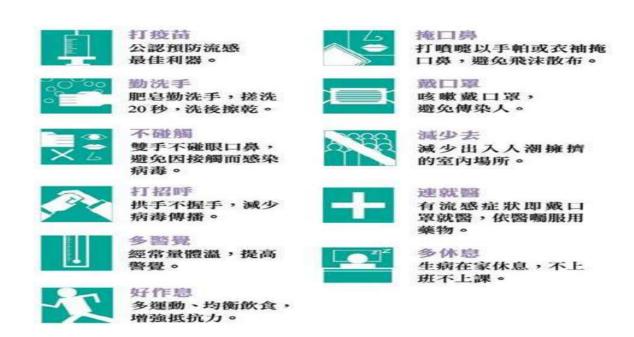
(3)如果沒有酒精,可以將 1 份的市售漂白水加上 99 份水(比例 1:99)稀釋後再進行消毒。

3.空氣不流通的室內更容易造成流感病毒散播,故室內應該保持空氣流通。



Q: 預防流咸,除了打流咸疫苗,還有哪些好方法?

A:



Q:使用口罩來預防流感,但市面口罩種類多,應如何選擇?



A: 市面常見口罩之功能、使用時機及注意事項

種類	功能	適用時機及注意事項
一般口罩/棉布口罩	過瀘較大之顆粒、灰塵,避 免吸入灰塵或將飛沫噴出。	1.進入人潮擁擠或空氣不流通 之公共場所、平時清潔工作 時使用。 2.每日清洗或替換;有髒污、 潮濕、破損時應立即清洗或 更換。
醫用口罩	避免醫護人員飛沫影響病人,或吸入病人咳出的飛沫微粒。	1.有感冒、發燒、咳嗽等呼吸 道症狀時使用;實驗室及養 禽場工作人員、醫護人員照 顧病人或民眾探病時使用。 2.每日替換;有髒污、潮濕、 破損時應立即更換。
活性碳口罩	可以吸附有機氣體、惡臭分子及毒性粉塵。	 1.騎乘機車、噴漆、噴灑農藥時使用。 2.每日替換;無法吸附異味時、髒污、潮濕、破損時應立即更換。
N95口罩	呼吸阻抗大,執行會產生飛 沫微粒等特殊處置時使用。	1.不適合一般民眾日常生活使 用及長時間配戴。 2.避免重複使用。

Q:

因流感生病的學(幼)生及員工何時才能返回上課/班?

A: 落實生病不上班、不上課,生病的學(幼)生及員工在未使用退燒藥物下,至少退燒後 24 小時才能返回上課/班。