

流感疾病介紹

疾病簡介：

流感為急性病毒性呼吸道疾病，致病原為流感病毒，常引起發燒、咳嗽、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛等，但通常在1週內會康復。流感病毒可分為A、B、C及D四種型別，其中只有A型及B型可以引起季節性流行。

臺灣地處北半球，屬熱帶及亞熱帶地區，全年都可分離出流感病毒，並出現散發或群聚之病例，較大規模的流行則好發於秋、冬兩季。每年流感病例約自11月開始逐漸增加，於12月至隔年3月份達到流行高峰。

流感的傳染途徑、潛伏期與可傳染期為何：

1. 流感主要是藉由感染流感的病患咳嗽或打噴嚏產生飛沫，將病毒傳播給周圍的人，尤其在密閉空間，因空氣不流通，更容易造成病毒傳播。此外，也可因接觸受病患口沫或鼻涕等分泌物所污染之物品表面，再碰觸自己的口、鼻或眼睛而感染。因此咳嗽、打噴嚏戴口罩或以手帕、衣袖捂住口鼻，以及勤洗手是預防感染流感的重要方法。
2. 流感潛伏期（被感染至症狀出現）約1-4天，平均為2天。出現併發症的時間約在發病後的1-2週內。
3. 一般而言，流感在症狀出現後3-4天內傳染力最強。某些成年人可能在發病前24小時便開始有傳染力，直至發病後第5天；少數免疫不全者或兒童，排放病毒的期間可能長達數週或數月。

臨床症狀：

感染流感後引起的症狀主要包括發燒、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛及咳嗽等，有部分感染者會伴隨有噁心、嘔吐以及腹瀉等腸胃道症狀，也可能併發嚴重併發症，甚至導致死亡；最常見併發症為肺炎，其他還可能併發腦炎、心肌炎及其他嚴重之繼發性感染或神經系統疾病等。

預防保健：

1. 要儘早施打流感疫苗。
2. 要用肥皂勤洗手、咳嗽戴口罩等生活好習慣。
3. 要保持室內空氣流通，防範病毒傳播。
4. 要警覺流感症狀，及早就近就醫治療。
5. 生病要按醫囑服藥多休息，不上班不上課。
6. 如出現呼吸困難、呼吸急促、發紺(缺氧)、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓等危險徵兆時，應提高警覺，儘速至醫院就醫。