

流感介紹與預防



流感介紹

流行性感冒病毒(簡稱流感病毒)，是一種造成人類及動物患流行性感冒的RNA病毒，它會造成急性上呼吸道感染，並藉由空氣迅速的傳播，在世界各地常會有週期性的大流行。流行性感冒病毒在免疫力較弱的老人或小孩及一些免疫失調的病人會引起較嚴重的症狀，如肺炎或是心肺衰竭等。



傳染途徑

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事項。

其流感潛伏期（被感染至症狀出現）約1-3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。



流感種類

A型流感病毒 — A型流感病毒能感染人、禽、豬、馬、海豹、鯨魚及其他動物，但野生禽類是這種病毒的天然宿主。

A型流感病毒亞型目前在人群中普遍傳播(H1N1、H1N2和H3N2)。其他亞型病毒主要見於各種動物，例如能夠導致馬群感染的H7N7和H3N8型病毒。

B型流感病毒 — 僅在人與海豹中發現，常引起流感局部暴發，不會引起成世界流感大流行

C型流感病毒 — 僅在人與豬中發現，以散在形式出現，一般不引起流行

流感特徵比較

	<u>A型流感病毒</u>	<u>B型流感病毒</u>	<u>C型流感病毒</u>
基因結構	有8個基因片段	有8個基因片段	有7個基因片段
病毒體結構	11個蛋白質	11個蛋白質	9個蛋白質
抗原變異種類	抗原微變/抗原移性	抗原微變	抗原微變
抗原變異性	變異性大，可能會發生抗原性大變異，產生一個新的病毒株	抗原變異性較穩定	抗原性非常穩定
自然界宿主	人、豬、馬、禽鳥類、哺乳類動物	人	人、豬
引起疾病嚴重度	引起的症狀最為嚴重	引起症狀較A型輕微，通常只有在老年人及高危險群發生併發症	病症則較輕微、甚至無症狀
發生流行度	亦發生變異，如出現一種新的病毒亞型，將會引起全球大流行	因可能發生(抗原微變)，故恐會引起地區性的流行	無季節性

資料來源：秀傳醫療社團法人秀傳醫院 - 檢驗科，<https://www.scmh.org.tw/dept/lab/show/Preview/page-126.html>



流感症狀

1. 流感病毒侵襲的目標是呼吸道黏膜上皮細胞，偶有侵襲腸黏膜的病例，則會引起胃腸型流感。
2. 流感病毒感染將導致宿主細胞變性、壞死乃至脫落，造成黏膜充血、水腫和分泌物增加，從而產生鼻塞、流涕、咽喉疼痛、乾咳以及其它上呼吸道感染症狀，當病毒蔓延至下呼吸道，則可能引起毛細支氣管炎和間質性肺炎。
3. 病毒感染還會誘導干擾素的表達和細胞免疫調理，造成一些自身免疫反應，包括高熱、頭痛、腓腸肌及全身肌肉疼痛等，病毒代謝的毒素樣產物以及細胞壞死釋放產物也會造成和加劇上述反應。
4. 由於流感病毒感染會降低呼吸道黏膜上皮細胞清除和黏附異物的能力，所以大大降低了人體抵禦呼吸道感染的的能力，因此流感經常會造成繼發性感染，由流感造成的繼發性肺炎是流感致死的主要死因之一。



流感預防

1. **勤洗手**，雙手避免任意碰觸眼、鼻、口等黏膜。
2. **避免接觸禽鳥及其分泌物**，若不慎接觸，應馬上以肥皂澈底清潔雙手。
3. 不要購買**來源不明**的禽鳥及蛋品。
4. 禽肉及蛋類**澈底煮熟**。
5. 一般民眾平時應養成**良好個人衛生習慣**、注意飲食均衡、適當運動及休息，維護身體健康。
6. 有**禽鳥接觸史**、**流行地區旅遊史**的民眾，若出現發燒、喉嚨痛、咳嗽、結膜炎等症狀，請戴口罩儘速就醫，並主動告知接觸史、工作內容及旅遊史等。
7. 保持**空氣流通**，咳嗽、打噴嚏需遮掩口鼻，若出現發燒、咳嗽、喉嚨痛等呼吸道症狀，應**戴口罩**並就醫，儘量不上班、不上課。



廉政信箱：苗栗郵政第55號信箱

廉政專線：037-356639

苗栗縣政府政風處 關心您

