

流感及新型 A 型流感

摘要

流感的傳染途徑，主要是透過感染者咳嗽或打噴嚏所產生的飛沫將病毒傳播給其他人，尤其在密閉空間，由於空氣不流通，更容易造成病毒傳播。另外，因為流感病毒可在低溫潮濕的環境中存活數小時，故可短暫存活於物體表面，所以也可經由接觸傳染，如手接觸到污染物表面上的口沫或鼻涕等黏液，再碰觸自己的口、鼻或眼睛而感染。

由於流感病毒是經由飛沫及接觸傳染，可於人潮擁擠處快速傳播，亦容易隨著旅遊及經貿、社交等活動，而加速疾病散播。以我國農曆春節為例，每年 1-2 月因逢流感流行高峰期間，返鄉人潮南來北往，疫情也可能隨著感染者的活動而擴散至各處，因此，應多加留意與預防。

典型流感的潛伏期約 1~4 天，一般為 2 天。

罹患流感的人，在發病前 1 天至症狀出現後的 3-7 天都可能傳染給別人，而幼童的傳播期甚至可長達數十天。

感染流感後主要症狀為發燒、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。

1. 預防流感最有效的方法就是按時接種流感疫苗。
2. 維持手部清潔
3. 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節
4. 生病時在家休養
5. 流感流行期間，減少出入公共場所或人多擁擠地方
6. 保持室內空氣流通，降低病毒傳播機會
7. 注意飲食均衡、適當運動及休息，以維護身體健康

抗流感病毒藥物 (於季節性流感之研究顯示症狀開始後 48 小時內開始治療療效最佳)，主要有以下幾種

- M2 inhibitor (M2 離子通道蛋白抑制劑)：因抗藥性而不建議使用 Adamantane(金剛胺類藥物)
 - Amantadine
 - Rimantadine

- **Neuraminidase inhibitor(神經胺酶抑制劑):**
 - Oseltamivir
 - Zanamivir Relenza™
- **Avigan®(Favipiravir):** 在國內尚未取得藥物許可證，為因應新型 A 型流感病患經使用 克流感及瑞樂沙等流感抗病毒藥劑治療無效之防疫/治療需求