

【優質安心守護】感冒與流感大不同

趁著過年年假期間，大王開心的帶著一家人出國旅遊。回國幾天後，大王發現 4 歲的兒子小明有點發燒，大王心想，一定是小明在國外玩得太累了有點小感冒，便讓小明服用維他命，多喝水及休息。過了 2 天，小明一直沒有退燒，還出現了全身無力與越來越疲憊的症狀，大王趕緊帶小明到診所看病，經過醫師詳細的說明病情，才知道小明得到流感，還好發現得不算太晚，沒有引起其他嚴重的併發症，也趕緊遵從醫師指示，在家自主隔離，沒有到學校傳染給其他小朋友。

流感與感冒有什麼不同？

感冒屬於上呼吸道的疾病，而流感屬於急性病毒呼吸道疾病。感冒的致病原有數百種不同的病毒，而流感是流感病毒的感染。一般而言，流感症狀較感冒來得嚴重，如：倦怠、全身無力、肌肉痠痛，通常症狀發作較突然，痊癒的時間也比感冒長，約一個星期到幾個星期才能完全恢復，嚴重的話也容易引起併發症，如：最常見的肺炎等。流感的傳染性也很高，潛伏期約 1 至 4 天，最主要的傳播途徑是藉由流感病患咳嗽或打噴嚏產生的飛沫病毒傳播給周圍的人，也可能經由手直接或間接接觸到流感病患口沫或鼻涕等黏液，再碰觸到自己的口、鼻或眼睛而感染。流感特別好發在冬季，每年約 11 月開始，12 月至隔年 2 月進入高峰，3 月後逐漸下降。



圖片來源：衛生福利部疾病管制署-宣導單張「防流感即刻行動」

流感一定要施打疫苗嗎？

每年 10 月 1 日開始公費流感疫苗的接種，許多家長對流感疫苗的安全性有疑慮，而不敢帶小朋友去施打疫苗。依據衛生福利部疾病管制署的資料，流感疫苗雖然是一種安全有效之疫苗，接種前必須先經醫師的詳細評估診察，確認民眾身體健康狀況，以及是否有疫苗使用禁忌症等，再決定可否接種，也有訂出建議接種與不適合接種的族群，維護安全與保護力。但流感病毒易突變，所以接種流感疫苗後，也可能感染其

他型別的流感或感染一般感冒，因此，個人與家庭的防護要確實落實。

有您參與更好

1. 若出現「一燒（持續高燒 2 天以上）」、「二痛（頭痛、明顯肌肉酸痛）」、「三疲倦」，就須警覺可能是流感，應儘快就醫。
2. 把握五要原則：
 - (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) 要警覺流感症狀。
 - (4) 生病要按時服藥多休息，不上班不上課。
 - (5) 危險徵兆要儘快就醫。
3. 有以下情形時，可能不適合接種流感疫苗，建議由醫師評估：
 - (1) 已知對「蛋」之蛋白質有「嚴重過敏」、「全身性過敏」或「致命性過敏」者。
 - (2) 已知對疫苗的成分有過敏者。
 - (3) 過去注射曾經發生嚴重不良反應者。
 - (4) 年齡 6 個月以下者。
 - (5) 發燒症狀或急性疾病患者。

參考文獻

衛生福利部疾病管制署（2017 年度）· 對抗流感，全面開打。

衛生福利部疾病管制署（2017 年 11 月）· 流感併發重症。

品質管理中心管理師 周家玉

品質管理中心副主任 鄭之勛