

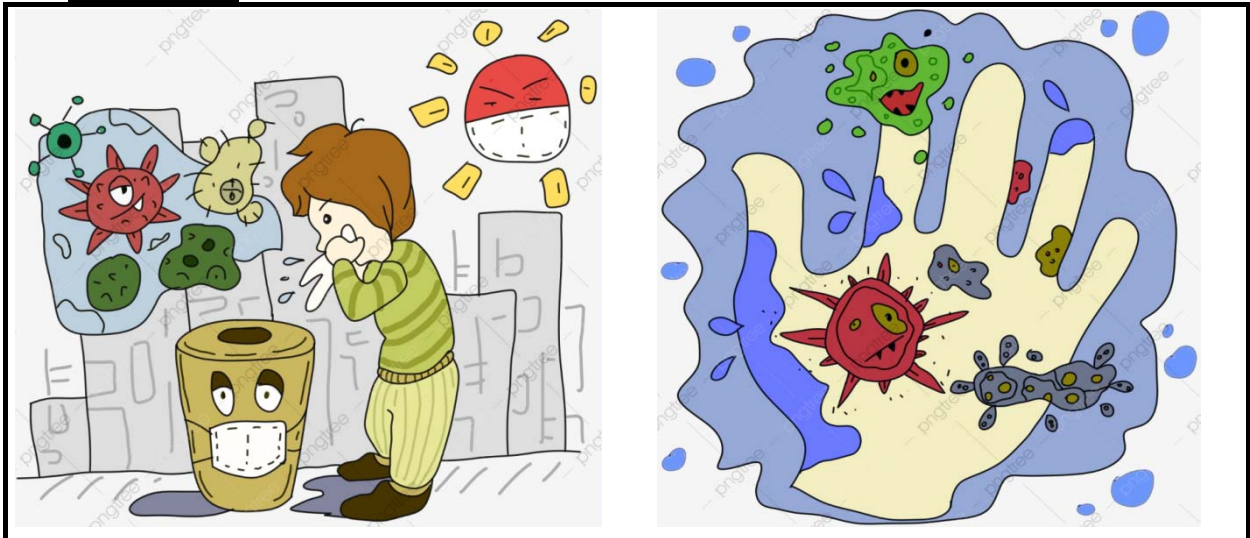


《流感衛教》

◆ 疾病特性

流感(Influenza)是一種急性病毒性呼吸道疾病，主要致病原為流感病毒分為A、B、C 三型，其中A型的H1N1、H3N2與B型之流感病毒會引起大規模的季節性流行。在臨床診斷上，流感不容易與其他急性呼吸道疾病區分，但流感的咳嗽、倦怠、肌肉痠痛等症狀較一般感冒來得嚴重，病程持續時間也較長，需1-2週才能痊癒。

◆ 傳染途徑



主要經由飛沫或直接接觸病人的分泌物而感染

◆ 臨床症狀



主要為發燒、咳嗽、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛等症狀，少部分會出現噁心、嘔吐以及腹瀉等腸胃道症狀伴，高危險群病人可能引發嚴重併發症，甚至導致死亡，其中最常見的併發症為肺炎。

◆ 潛伏期

通常約1-4天，平均為2天；出現併發症時間約在發病後的1-2週內。

◆ 防治措施／衛生教育宣導



落實洗手(特別是接觸病人前後及接觸呼吸道分泌物後)、呼吸道衛生(口罩配戴需覆蓋口鼻)及咳嗽禮節



若出現發燒、咳嗽等上呼吸道症狀，宜及早就醫，盡量多休息，宣導「生病時，不上班，不上課」



無接種禁忌者，請按時接種流感疫苗。



減少出入公共場所，保持室內空氣流通，注意飲食均衡及適當運動。



有症狀病人移至單人病室或集中隔離，應與他人應保持至少1公尺以上距離，及限制其應留置於指定之房室，避免至公共區域。



用餐時，有感染症狀者應避免和非感染者近距離用餐(應保持至少1公尺以上距離)，且避免共食。



- (一) 衛教有感染症狀病人須正確佩戴口罩及加強手部衛生，減少病毒傳播
- (二) 衛生局規範如下：
 - 1. 有發燒和上呼吸道症狀或癥候的醫療照護工作人員，須盡速就醫、落實通報，並停止工作至未服用退燒藥且退燒至少滿 24 小時後，才能返回職場。
 - 2. 若照顧免疫力低下的病人(如造血幹細胞移植者)，建議在工作人員症狀出現後 7 天內或症狀緩解前(以時間較長者為主)，暫時另外分配工作或停止上班。
 - 3. 宣導探病親友，如有發燒或呼吸道症狀，建議待症狀緩解後再來探訪，以減少散播病毒之虞、降低住院病人/醫護人員感染風險。

◆ 解除隔離條件

至少維持到病人發病7天後，且無發燒、肺炎等急性症狀。

◆ 群聚感染加強措施：

- (一) 每日以 1000ppm 漂白水至少執行兩次環境清潔消毒。
- (二) 每日監測病人/家屬/工作人員體溫及有無上呼吸道症狀，且落實通報，直至兩個潛伏期(8 天)無新增個案才准予結案。