

10月流感季的



多重防護 做法



家庭醫學科醫師 吳家鈞

流感疫苗儘早施打產生保護力

台灣歷年來流行感冒的疫情多自11月下旬開始快速升溫，於年底至翌年年初達到高峰，持續至農曆春節。其主要致病原為流感病毒，常引起發燒、頭痛、肌肉痠痛、疲倦等，感染病人一般平均可在2~7天內康復。

流感之特性在於爆發流行快、散播範圍廣及併發症嚴重。重症及死亡病例多見於老年人、患有心、肺、腎臟及代謝性疾病，貧血或免疫功能不全者。更甚者有病患誤把流感當作一般感冒，致使病情快速惡化併發肺炎鏈球菌感染。

肺炎佔國人死因第三名，又以肺炎鏈球菌最常見

根據衛生福利部2016年國人死因統計，肺炎首度由第四名躍升到第三名，死亡率居十大死因之首，其中9成為65歲以上年長者。在台灣的社區型肺炎中，又以肺炎鏈球菌所引發最為常見。

肺炎鏈球菌除了引起肺炎外，也會造成敗血症、腦膜炎、心內膜炎等侵襲性感染，導致重症或死亡。此外，在台灣具盤尼西林抗藥性的肺炎鏈球菌高達六成，遠高於美國，更顯預防勝於治療之重要性。我國近年來積極推動「肺炎鏈球菌疫苗」接種，國內侵襲性肺炎鏈球菌感染個案2017年較去年下降近3成，顯示疫苗接種具顯著效益。

老菸槍與流感和肺鏈關係

流感和肺炎鏈球菌感染的高危險族群，除了老人、小孩、慢性阻塞性肺病（COPD）、氣喘及慢性病等病人外，抽菸者無論年紀多大，只要抽菸時間長、菸癮大，也是感染的高危險群！

抽菸者除了容易罹患肺癌、心臟血管疾病、慢性肺阻塞性疾病外，因為肺部長期發炎造成肺纖毛受損、免疫細胞遭到破壞，無法有效抵抗病菌，容易引發下呼吸道感染。特別在秋冬季節，若不慎感染流感病毒，容易續發肺炎鏈球菌感染，而引發多種嚴重併發症，死亡率高。即使當次疾病已治癒完全，肺功能還是會明顯地受損，無法回復到先前狀態。



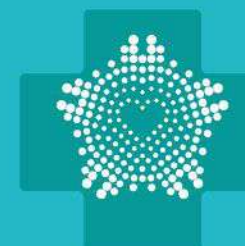
流感疫苗、肺炎鏈球菌疫苗的雙重保護

由於接種疫苗後需一段時間產生保護力，故建議高危險及高傳播族群的民眾，應於10月流感季節開始儘早「流感疫苗」接種，若肺功能不佳者，請多施打「肺炎鏈球菌疫苗」；而抽菸者除了施打「流感疫苗」和「肺炎鏈球菌疫苗」外，最重要的還是要及早「戒菸」。戒菸單靠意志力很困難，可藉由戒菸藥物幫助下，大大提升戒菸成功率，請至家庭醫學科戒菸門診，讓我們幫助您。

提醒：今年公費流感疫苗施打對象包含50歲以上成人、滿6個月以上至18歲者、流感高風險慢性病患、安養等機構住民及工作人員、孕婦、6個月內嬰兒之父母、幼兒園托育人員及托育機構專業人員、醫事防疫人員及禽畜業者等，歡迎至家醫科門診施打。

家庭醫學科 吳家鈞醫師

專長／一般家庭醫學、慢性病(含高血壓、糖尿病、高血脂、痛風等)、健康管理、健康諮詢、健檢異常報告追蹤



臺中榮民總醫院
Taichung Veterans General Hospital