

# 流行性感冒



香港常見呼吸系統疾病

## 流感疫苗接種

流感疫苗有兩種：一為注射式的「預防針」，另一為鼻腔噴霧劑。本港比較常用注射式，注射的部位通常在上臂。

常見副作用有注射部位出現紅腫和疼痛；輕度發燒；肌肉酸痛。

未滿半歲的嬰兒；對雞蛋有過敏性反應和曾對流感疫苗有重大反應的人士不應該接種。發燒的病人應於退燒後才接受注射。

### 注射流感疫苗小貼士

每年流感疫苗接種時間通常在10月開始，直到來年2月。

## 2009年甲型H1N1流感(豬流感)

是一種新型病毒甲型H1N1流感病毒，該病毒由四種流感病毒基因重新組合而成：兩種豬流感、一種禽流感和一種人流感，而以豬流感病毒基因所佔的比例較大。這種病毒之傳播途徑和其控制方法與其他呼吸道感染相同。

## 禽流感(禽鳥流行性感冒)

是一種由禽流感病毒甲型(H5N1)引致的傳染病。很多禽鳥，包括家禽如雞和鵝鶉，都易受禽流感病毒感染；但這種病毒對鴨、鵝等水禽的影響不大，所以水禽是禽流感病毒的天然貯存庫(帶病毒者/媒介)。某些亞型禽流感病毒會引起嚴重的疾病，受感染的雀鳥可能在48小時內死亡。

人類一般不會染上禽流感。禽流感患者通常是因為接觸帶病毒的雀鳥或牠們的排泄物而受感染。最應關注的問題是禽流感病毒會否因為基因突變而可以人傳人，從而在人群中廣泛傳播。

預防禽流感，家禽和蛋類經過妥善處理和煮熟才可食用。同時也要避免接觸活家禽。

[www.hklf.org](http://www.hklf.org)

聯合協辦



Hong Kong Lung Foundation  
香港胸肺基金會



Hong Kong Thoracic Society  
香港胸肺學會



美國胸肺學院(港澳分會)



Hong Kong Lung Foundation  
香港胸肺基金會

## 流行性感冒

流感是由流行性感冒病毒引起的。流感病毒主要分甲型和乙型(即 A型和 B型)。乙型流感病毒只影響人類，但甲型流感病毒既困擾人類，也禍及其他生物，如禽鳥、豬隻和馬匹等。

流感病毒隨着歲月的推移，會不斷演變(抗原漂移)。改變了的流感病毒使人體的免疫系統難再識別，以致一個人可以多次受到感染。

任何人都會染上流感。流感的症狀通常比較輕，大多數病人都繼續上班，沒有求診，所以不容易估計每年患病的人數。

流感病毒很容易通過病人咳嗽或打噴嚏時所產生的飛沫傳播開去。我們可能因為直接吸入這些病毒而受到感染，也可能因為用接觸過病毒的手觸摸眼睛或鼻子而受到感染。

病毒通常透過鼻孔或喉嚨進入體內，在1-4天內引發症狀。流感病人在出現症狀之前一天和之後5至7天都可以傳播病毒。



## 徵狀

包括發冷、發燒(兒童會較高)、頭痛、喉嚨痛、肌肉酸痛、疲倦、呼吸道症狀(例如咳嗽)、噁心、嘔吐、腹瀉和耳部感染也會出現，而這些症狀於兒童比較常見。



## 併發症

流感引起併發症的情況，比較常見於兩歲以下的幼兒、65歲以上的長者和某類病人(如心臟病、慢性肺病、腎病、糖尿病和癌病患者)。

- 肺炎是最常見和最嚴重的併發症
- 支氣管炎和鼻竇炎
- 腦病
- 心肌炎/心包炎
- 肌肉發炎
- 瑞氏綜合症：

出現於18歲以下兒童的併發症，大約在感染流感或其他病毒之後6天發病。它影響大腦和肝功能，引致精神狀態的改變、噁心和嘔吐，甚至死亡。幼年流感患者服用阿斯匹林有導致瑞氏綜合症的危險。



## 治療

流感症狀通常會在數天至兩個星期之間自行消退，無須治療。

流感病人應該多休息、多喝水，避免喝酒和吸煙。



服用「乙醯胺酚」(acetaminophen)可減輕頭痛和肌肉酸痛，也可退燒。18歲以下的兒童應避免服用阿斯匹林。

如果在發病的頭2天服用抗病毒藥物，可縮短治療病程。

## 預防

避免與流感病人有密切接觸；勤洗手；避免用手觸摸眼、鼻和口。咳嗽或打噴嚏時用紙巾遮掩口鼻。事後妥善處置紙巾，並立刻洗手。在急性發病期間，應請病假，避免去人多和擠迫的地方。如果不能請假，必須常戴口罩。

