

流行性感冒的預防與治療

一、甚麼是流行性感冒(流感)?

流行性感冒通常又稱「流感」，是由流感病毒造成的肺部(呼吸道)感染。雖然輕度流感的癥狀與感冒相似，但大多數流感病例均比普通感冒更為嚴重。流感病毒每年均有輕微變異，因此每年必須研製一批新的疫苗。

二、流感有哪些症狀?

流感症狀包括發燒、頭痛、乾咳、肌肉疼痛、疲乏及虛弱，鼻塞、咽喉及肺部充血。兒童可能出現噁心、嘔吐及腹瀉症狀，但此類症狀在成人中並不常見。流感症狀通常持續3至5日，但在嚴重感染的情況下，可能出現併發癥並持續更長時間。

三、流感如何傳播?

流感極易在人類之間相互傳播，在流感患者咳嗽或打噴嚏時，患者的鼻腔及咽喉中噴出含有流感病毒的飛沫，即可傳染。觸摸帶有流感病毒的物體，然後觸摸自己的鼻子、眼睛或嘴巴，也會傳播流感病毒。

四、如何預防流感?

- (一)由於流行性感冒的病毒可以停留在手上，並經過手口的途徑感染，所以毛巾、漱洗用具、飲食器具等，也應注意分開使用。
- (二)感冒之病毒主要由飛沫傳染，公共場所人多擁擠，傳染機率高，每次的流行性感冒幾乎都先由小朋友在學校中得到感染後，再帶回家中傳染給親人，由此途徑而造成全省大流行。

(三)如得到感冒時要勤洗手、帶口罩。

(四)如果自己發生了感冒時，應該盡量避免與家人做很密切的接觸，也要避免與其面對面的呼吸、咳嗽、打噴嚏。

(五)除了一般的預防方法外，針對嬰幼兒、老人、及體弱多病等等易感染的高危險群，建議每年於流行期前接種流行性感冒疫苗來預防。

五、患流感後應採取哪些治療?

當感染流行性感冒時，通常最主要的還是：

(一)症狀治療：服用可以減輕症狀的藥物，如止咳藥、退燒藥、鼻塞流鼻水藥等等。注意：退燒藥應避免使用 Aspirin 類藥物，以免增加雷氏症候群的機會。

(二)保持體力：就是需要多休息，減少不必要之消耗，以保持體能來全力對抗病害。

(三)飲用大量的水分：以使身體的水分循環充足，維持各器官新陳代謝之穩定。

(四)看醫生：萬一身體有不良變化時，能夠及早獲得適當的處理。

流行性感冒病菌的種類

