



## 郭綜合醫院 流行性感冒注意事項

### 一、徵候與症狀：

流行性感冒，主要是呼吸道的症狀，包括喉嚨痛、咳嗽、流鼻涕、伴隨發燒、發冷、肌肉痛、疲倦虛弱、頭痛，部分病人有腹瀉、嘔吐等現象通常一至二週之內會復原。

### 二、治療方式：

目前國內使用的抗病毒藥物主要為克流感及瑞樂沙，就醫後依照處方服用藥物，不可自行停藥、也不可自行購買藥物服用，以免產生抗藥性，可與常規使用的藥物一起服用。



### 三、傳染途徑：

- 1.飛沫傳染：病毒經由咳嗽、打噴嚏等方式傳染給其他人。
- 2.接觸傳染：流感病毒在環境中可存活數小時，因此玩具、傢俱的表面等均會殘留流感病毒。

### 四、照護注意事項：

- 1.體溫持續出現 38°C 以上或精神、活動力變差、高燒不退、冒冷汗、暈眩、呼吸淺快、呼吸困難、胸痛、嘴唇變紫、意識不清、咳血等症狀時，請戴上一般外科口罩後迅速至醫院求診。
- 2.多飲水、進食營養和容易消化的食物、充足休息和睡眠。
- 3.保持室內空氣流通，打噴嚏或處理噴沫後，需以肥皂清洗雙手。
- 4.如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持 1 公尺以上距離。



5. 不要隨地吐痰，咳嗽時要用衛生紙掩蓋口鼻，並將痰涎或鼻涕用紙巾包好丟棄於垃圾筒內，務必戴上一般外科口罩。
6. 居家自主管理七天，不可至公共場所及使用公共交通工具，避免與老年人及幼兒、孕婦或免疫力較低的人接觸，避免交互感染。
7. 與病人接觸者，符合流感疫苗接種對象如嬰幼兒、老年人和接觸者等，可施打疫苗加強預防。

**流感症狀**如持續高燒、痠痛、倦怠、流鼻涕、咳嗽等，病程恐持續1至2週

**接種流感疫苗**亦可能感染流感病毒，但症狀較輕微，發生重症或死亡機率較低

頭痛

流鼻涕

咳嗽、喉嚨痛

高燒持續3至4天

精神倦怠

肌肉痠痛

部分患者合併有腹瀉、嘔吐症狀

全球都有流感疫情，若計畫出國旅遊，可於行前諮詢醫師提供備用藥物

健談 havemary.com