

認識流行性感冒

資料來源：行政院衛生署疾病管制局

流行性感冒，主要是 A 型病毒所引起，B 型病毒亦很常見。A 型流感病毒在不同物種間的傳播以及病毒基因重組曾見於豬、人、鴨及火雞，引起 1957 及 1968 年世界大流行的人類流感病毒均含有類似禽類流感病毒的基因片斷。

流行性感冒病毒以三個外形存在：A、B 與 C 型介紹如下：

A 型流感病毒

1. 以病毒表面突起的兩種蛋白質(Hemagglutinin 及 Neuroaminidase)來區分不同的 A 型病毒。A 型病毒共有 15 種不同的 Hemagglutinin 及 15 種不同的 Neuroaminidase，命名上便以 H1N1，H2N2 依此類推來命名。
2. A 型病毒會感染人類、豬隻、馬匹、海豹、鯨、及鳥類等等。
3. A 型病毒最常見也易引起世界大流行 (pandemics) 及地區流行 (epidemics)。

B 型流感病毒

1. 病毒表面突起的兩種蛋白質各只有一種，較為簡單。但蛋白質的順序會有不同。
2. B 型病毒只會感染人類。
3. B 型病毒爆發時也會引起地區流行 (epidemics)，但是疾病的產生通常較 A 型病毒溫和。

C 型流感病毒：並不會引起嚴重的疾病。

流行性感冒的起因：

流行性感冒具有高度傳染力，主要經由飛沫傳染。除呼吸道黏膜之外，還可經眼、鼻、及口部黏膜來傳染。病患在病狀開始前 24 至 48 小時起，一直到病徵開始後 3 至 4 天間都具有病毒傳播能力。

流行性感冒的診斷：

流行性感冒好發在冬季，爆發時間持續六到八週，不像普通的感冒，流行性感冒症狀的開始常常突然的發生，且不只局限於呼吸道症狀。最早的症狀多為頭痛、虛弱、寒顫及咳嗽。通常緊接著是發燒，通常體溫在 38 ~ 40°C 之間；小孩可能會燒到 41°C，且還會有腸胃道的症狀，如嘔吐及腹部疼痛等。除此之外，也會有嚴重的四肢疼痛發生，特別是在腿、手臂及背部。發燒通常會持續大約三到五天；當發燒漸退時，呼吸道方面的症狀(如流鼻水、打噴嚏及咳嗽)緊接著而來。這種呼吸道症狀會持續 5 至 7 天，而咳嗽更可能持續達兩週。對兒童而言，流感併發中耳炎的比率達到 12%。

流感(Influenza)與感冒(Cold)的症狀比較：

	流感(Influenza)	感冒(Cold)
發作期	突然	漸進
發燒	常見，(且溫度高超過 38.3 度 C) 維持 3 至 4 天	少見
咳嗽	有時會很嚴重	乾咳
頭痛	明顯	少見
肌肉痛	常見，通常嚴重	輕微
疲勞	維持 2 至 3 週	輕微
極度疲勞	明顯	少見
胸部不適感	常見	輕至中度
鼻塞	偶爾	常見
打噴嚏	偶爾	經常
喉嚨痛	偶爾	常見

預防流行性感冒：

1. 接受流感疫苗的接種，尤其是高「流感的高危險群」。如：
 - a. 抵抗力較差者：六十五歲以上老人、滿六個月以上至國小四年級兒童。
 - b. 曾罹患心肺疾病、糖尿病、中風等慢性病者。
 - c. 長期處於易快速傳染流感地方的人。如：醫護人員。
2. 勤洗手，流感患者的口鼻分泌物具感染力，並避免到人多擁擠的場所，減少病毒感染的機會。
3. 平時注重保健、均衡營養、適度運動，提升身體之抵抗力。

透過以上的介紹，希望大家可以更了解引起感冒病毒起因、類型及預防感冒之方法，在天氣多變的季節，不要忽視感冒，讓你我一起來守護健康。