

流感引起的併發症

流感有機會引起嚴重的併發症，尤其是長者及慢性疾病患者，所以不能忽視。併發症包括：

- 支氣管炎
- 肺炎
- 慢性疾病惡化，如充血性心臟衰竭、哮喘、糖尿病等
- 兒童會出現鼻竇炎和耳部感染

預防方法

- 注意個人衛生，保持雙手清潔，用正確方法洗手。如雙手沒明顯污垢，可用酒精搓手液消毒。
- 打噴嚏或咳嗽時，應掩着口鼻，並立即洗手。
- 不要隨地吐痰，應把口鼻排出的分泌物用紙巾包好，棄於垃圾箱內。
- 患者應戴上口罩，棄置時最好先放入紙袋或膠袋內包好，然後棄於有蓋的垃圾箱內。
- 患者應及早求醫，切勿上班或上學。
- 增強個人抵抗力。維持均衡飲食，做適量運動，要有充足休息，避免吸煙，保持心情輕鬆。
- 保持家居清潔，經常打開窗，保持空氣流通，減少病毒積聚。
- 流感高峰期，少到人多擠迫的地方，並減少與流感患者有近距離接觸。
- 老弱或有需要人士應注射疫苗，不過疫苗的有效期只有一年，故此應每年注射一次。但新變種流感病毒則未必有預防疫苗。



何鴻燊博士醫療拓展基金會
Dr. Stanley Ho Medical Development Foundation

地址：澳門友誼大馬路555號澳門置地廣場
中國工商銀行中心九樓

電話：(853) 2878 2233

傳真：(853) 2878 1218

網址：www.drhomed.org.mo

電郵：info@drhomed.org.mo

流行性感 Influenza



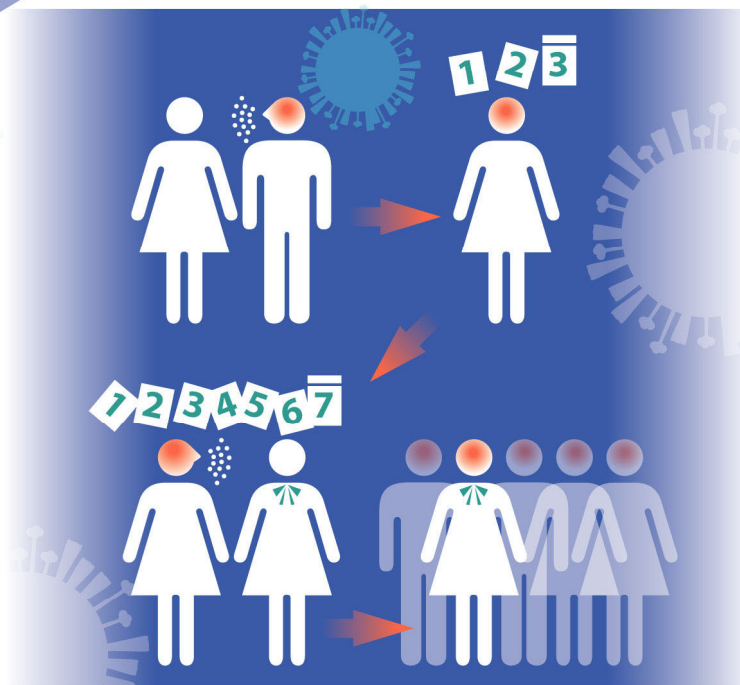
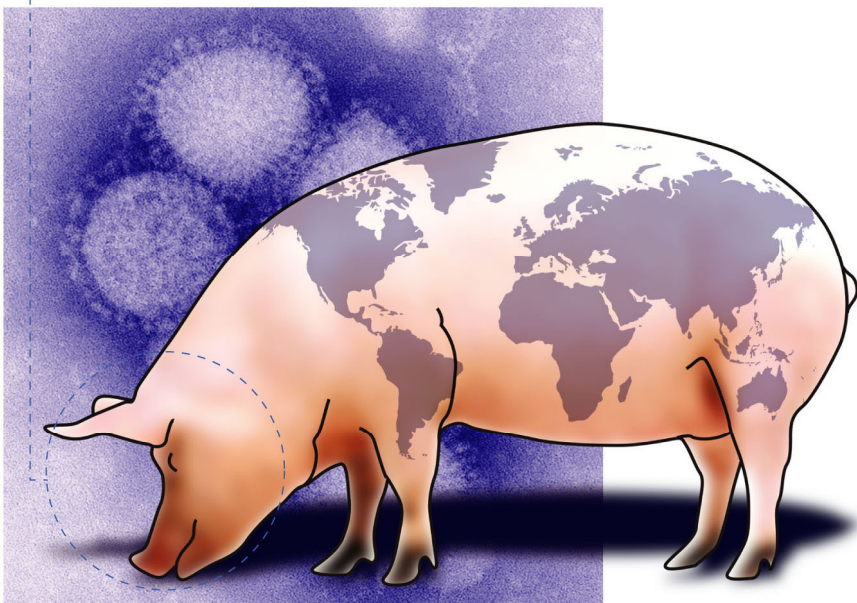
何鴻燊博士醫療拓展基金會
Dr. Stanley Ho Medical Development Foundation

流行性感 Influenza

什麼是流行性感

流感是流行性感冒的簡稱，是因上呼吸道病毒感染，而引起的急性傳染病，有高度傳染性，最常冬季1-3月或夏季7-8月爆發。

流感可分甲型、乙型、及丙型三種，以甲型最常見，引起的症狀最嚴重。丙型病毒所引起的症狀最輕微，也最少見。目前肆虐的H1N1（人類豬型流感），便屬甲型流感。有專家估計，如果全球爆發流感疫情，死亡人數可高達數百萬以上。



傳播途徑

- 病毒經患者咳嗽和打噴嚏時噴出的飛沫散播。病毒在人多擠迫的密閉環境中傳播得特別快。
- 透過接觸帶有流感的病毒，再觸摸口鼻眼睛，經黏膜進入人體而受感染。
- 寒冷或熱濕的天氣，亦會令病毒在人體以外的環境存活得較長。

病毒由鼻或喉嚨進入被感染者的身體後，大約在1至3日內發病。患者自發病前1日起7日內都具傳染性，容易把病毒傳播開去。

徵狀

- 發燒，通常是超過攝氏38.5度（華氏101.3度）的高燒
- 頭痛
- 肌肉痛
- 鼻塞
- 流鼻水
- 咳嗽及喉嚨痛
- 身體疲倦
- 兒童可能會肚瀉或嘔吐



治療方法

只要護理適當，大部分患者在一星期內便能自癒。一般藥物主要是幫助舒緩徵狀，在病發初期，醫生也可能處方金剛胺（Amantidine）、特敏福（Tamiflu）或樂感清（Relenza）等藥物。

此外，患者應該注意自我照顧：

- 多休息
- 多喝水
- 進食有營養、易消化的食物
- 使用口罩
- 遵照醫生指示定時服藥