

【身心靈健康】大學堂

認識流感

流感是由流感病毒引起的急性呼吸道感染疾病。流感病毒有 A-D 型，其中只有 A 型及 B 型可以引起季節性流行，近年主要流行之季節性流感病毒型別以 A(H3N2)、A(H1N1)，以及 B 型流感為主。

感染流感後引起的症狀主要包括發燒、頭痛、肌肉痠痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛及咳嗽等，有部分感染者會伴隨有噁心、嘔吐以及腹瀉等腸胃道症狀，也可能併發嚴重併發症，甚至導致死亡；最常見併發症為肺炎，其他還可能併發腦炎、心肌炎及其他嚴重之繼發性感染或神經系統疾病等。



流感與一般感冒有什麼不一樣？

辨識流感 流感 V.S 一般感冒		
項目	流感 (Influenza)	一般感冒 (Common cold)
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀為主
發病速度	突發性	突發/漸進性
臨床症狀	較嚴重 發燒、咳嗽、肌肉酸痛、 倦怠、流鼻水、喉嚨痛	較輕微 喉嚨痛、打噴嚏、 鼻塞、流鼻水
發燒	高燒 3-4天	少發燒，僅體溫些微升高

資料來源：衛生福利部疾病管制署-季節性流感防治工作手冊(112年修訂版-含流感併發重症)RF上網公告版(黑字版)-
<https://www.cdc.gov.tw/Category/MPage/6YQ32GG9EOdXNTjPqUDT1A>

該如何做，才能有效對抗流感？

- 要儘早施打流感疫苗
- 要用肥皂勤洗手、咳嗽戴口罩等生活好習慣
- 要保持室內空氣流通，防範病毒傳播
- 要警覺流感症狀，及早就近就醫治療
- 生病要按醫囑服藥多休息，不上班不上課



臺北科大學務處讓您更健康~~

資料來源：衛生福利部疾病管制署-季節性流感防治
<https://www.cdc.gov.tw/Category/QAPage/DQWXG19u2cXMH1jwGKXHug>