



流感照護須知



阮綜合醫院
阮綜合醫療社團法人
YUAN'S GENERAL HOSPITAL

2022/08 制訂、2025/01 審閱

一、常見症狀及致病

流感為急性病毒性呼吸道疾病，致病原為流感病毒，常引起發燒、咳嗽、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛等，流感病毒可分為 A、B、C 及 D 四種型別，常見的為 A、B 型。

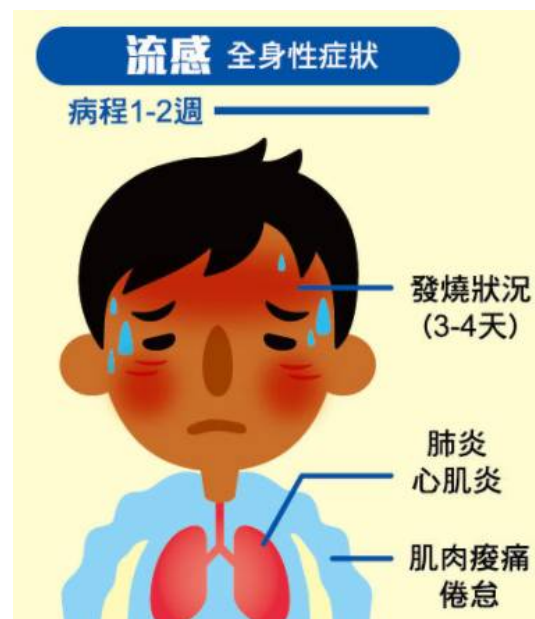
爆發流行時，重症及死亡者多見於 65 歲以上長者、嬰幼兒、孕婦、免疫功能不全者等高風險族族群。

二、傳播方式：

主要經由感染者咳嗽或打噴嚏產生的飛沫傳染；由於流感病毒可短暫存活於物體表面，亦可能經由接觸傳染。

三、潛伏期：

通常為 1-4 天，平均為 2 天。出現併發症的時間約在發病後的 1-2 週內，流感於秋冬季節較容易發生流行，高峰期多為 12 月至隔年 1、2 月。



圖引自衛福部疾病管制署防流感即刻行動

四、預防方法：

1. 接種流感疫苗
2. 維持手部清潔
3. 注意呼吸道衛生
4. 生病在家休養
5. 保持室內空氣流通
6. 飲食均衡，適當運動



圖引自 <https://reurl.cc/2EVA49>

參考資料：衛生福利部疾病管制署、<https://reurl.cc/MyVmkK>

製作單位：護理部 9B 護理站

諮詢電話：07-3351121 轉 2972