

季節性流感

1. 何謂季節性流感?

流行性感冒可稱為感冒，是一種由感冒病毒引起並帶傳染性的疾病。流行性感冒病毒常侵襲人類的呼吸系統(包括鼻、喉及肺部)，與一般由病毒引起呼吸系統感染，如傷風，不同之處是流感的病情通常較嚴重，如處理不善更會引起致命的併發症。在社區流通的流感病毒菌株可隨時間轉變，因此每年的菌株也可能不同。

2. 季節性流感有何症狀?

流感屬呼吸道疾病，大多數的個案都是突然發病並有以下的徵狀:

- 發燒
- 頭痛
- 疲倦
- 乾咳
- 喉痛
- 鼻塞
- 肌肉疼痛

以上的病徵常被統稱為“流感徵狀”，如孩童感染流感，更會出現腸道感染的病徵，如惡心、嘔吐及腹瀉等情況，但此等病徵在成年的患病者將較少出現。

3. 季節性流感有何併發症?

如處理不善，流感病毒會引起肺炎、脫水等併發症。流感亦有可能加深一些慢性疾病，如充血性心臟衰竭、哮喘及糖尿病的病情。受感染的孩童更可能患上鼻竇炎及耳道發炎等併發症。年老並有長期病患的人仕，如感染流感，將會更容易引起較嚴重的併發症。

4. 如何得知自己患上季節性流感?

事實上，單憑病徵去辨別流感及由其它病毒引起的病症是十分困難的。若有需要，可透過化驗去判斷病人是否感染流感，或藉以排除感染其它病毒的可能性。此外，醫生須檢查病人是否同時出現由流感引起的併發症。

有關病因

5. 季節性流感有何成因?

流感是由流行性感冒病毒引起。共有三種流感病毒已被確立，分別是甲、乙、丙型(Types A, B, C)。甲及乙型流感在人類社區引起流行病導致多人受到感染。丙型流感病毒通常會引起輕微的呼吸道疾病，但並不會引起大型的爆發。接受甲型流感疫苗注射可以預防甲、乙型流感，但不能預防丙型流感。

6. 甚麼是禽鳥流感或豬型流感呢？

野生鳥類是所有甲型流感病毒副型的主要溫床，在眾多動物中，成為主要散播甲型流感病毒的宿主。乙型流感病毒只在人類間傳播。人類直接從動物身上感染流感是十分罕見的，但偶爾也會發生禽流感病毒引致人類受感染和流感爆發的情況。如在1997年和2003年年初，香港衛生署就公佈了人類感染禽流感或甲型流感(H5N1)病毒的個案。豬流感其實是豬隻感染甲型流感病毒後所產生的呼吸系統疾病，豬群定期也會爆發疫情。然而在今年，人類豬流感(H1N1)已在全球廣泛迅速爆發，並取代了季節性流感，成為主要在香港流通的流感病毒，佔總流感個案的八成。

http://www.chp.gov.hk/files/pdf/SSFM_15_10_09.pdf

7. 報章上提及的流感類別，如“H5N1”和“H1N1”是怎樣理解的呢？

醫學界根據附於A型流感病毒表面的兩種蛋白質可分為兩種類別，分別是紅血球凝集素(即“H”)及神經氨酸酵素(即“N”)。暫時發現共有15種紅血球凝集素及9種神經氨酸酵素。醫學界就憑著這兩種附在流感表面的蛋白質的組合去辨別不同類別的甲型流感。由於這種分類適用於所有甲型流感病毒，你會發現在季節性流感以及近期爆發的甲型H1N1流感，均有出現「H1N1病毒菌株」。換言之，H1N1會出現於季節性流感病毒和人類豬流感的H1N1病毒菌株。

8. 甚麼是“腸胃流感”？

很多人將惡心、嘔吐及腹瀉等徵狀稱為“腸胃流感”。但事實上，以上的徵狀亦可由不同類型的病毒、細菌或由寄生蟲引起。雖然惡心、嘔吐等徵狀常出現於患有流感的孩童身上，但它們並非流感的主要病徵。流行性感冒本身屬呼吸道感染症而非腸胃科的病症。但須注意，雖然接受流感疫苗能有效減低流感爆發的機會，但並不代表這些已接種疫苗的人仕並不會出現其它腸道感染病徵，因為這些病徵可由其它腸道病引起。

有關治療方法

9. 怎樣治療流行性感冒？

一般而言，病人都會在發病後2至7天內康復過來。醫生多處方退熱藥物及咳水去舒緩流感徵狀帶來的不適。使用阿士匹靈(乙酰水楊酸)有機會引致雷耶綜合徵一種罕見的併發症，會導致病人的中樞神經系統及肝臟受損，故不宜使用於患有流感的兒童及青少年身上。

除非流感引起其它細菌感染的併發症，否則不宜使用抗生素。治療流感可用抗病毒的藥物，如在病發首兩天服用抗病毒藥物，可縮減約一天的發病期。但需注意抗病毒藥物本身亦引起不同的副作用，故必須由醫生處方，方可服用。

10. 流感是否可以由化驗結果斷定?

有數種化驗是可以協助診斷病人是否患上流感病。在發病期間首3、4天，從病人的喉部及鼻孔取出拭子樣本或收集病人的上呼吸道的分泌物做化驗。但須注意，有關流感的化驗並非百分之一百準確。從驗證角度，化驗結果會出現「誤正」或「誤負」的情況，所以此等化驗並未列為慣例性的檢查。如果病人的情況需留院治療，醫生或會進行測試流感病毒的化驗，以協助診斷。

11. 如我或我的家人感染流感，我應怎樣做？

由於流感是由病毒引起，抗生素(如青黴素，即盤尼西林)並不能有效地治療流感。我們有以下的建議：

- 多休息
- 喝大量清水
- 避免飲含酒精的飲料及吸煙
- 服用醫生處方的藥物以減輕流感的徵狀。
- 若年幼、年老及患有長期病的家庭成員出現流感病徵，如發高熱或出現其他併發症的情況，就應即時延醫診治。

最有效預防流感的方法是在流感高 季節前接受防疫注射(流感針)。

有關傳播途徑

12. 流感的潛服期有多久 (一旦接觸流感病毒，甚麼時候會開始發病)?

潛伏期大約1-4天，平均是2天。

13. 何時是香港的季節性流感季節?

流感季節大約在每年的2、3月及7、8月期間。

14. 季節性流感如何傳播?

病患者在咳嗽、打噴嚏及談話時把流感病毒傳送到空氣中，其它人經呼吸道吸入病毒，這種傳播方法稱之為空氣傳播。病毒進入鼻、喉及肺部，並開始以倍數增長而開始出現流感病徵。流感或許會透過接觸附有流感病毒的物件表面，如門柄，再經觸摸其口、鼻而受感染。

15. 甚麼是空氣傳染?

空氣傳染是指疾病經空氣傳染，與飛沫傳染不同。飛沫傳染的途徑是細菌需附在患者的分泌物或飛沫為傳染媒介。空氣傳染的傳染性比飛沫傳染高。

16. 季節性流感的傳播性如何?

患者於感到不適前一天已帶傳染性，能將流感病毒傳染給別人。成年人在病徵出現後的3至7天內仍帶傳染性，會繼續把病毒傳染給別人。而小童則在病發7天後仍然會把病毒傳染給別人。一般病徵會在病毒入侵身體後的1至4天內出現；有些人雖受病毒感染，但沒有出現病徵，卻會把病毒傳染給別人。

有關預防

17. 有沒有方法預防受感染?

以下建議可預防流感病毒:

- 保持個人及環境衛生
- 保持雙手清潔及用正確方法洗手
- 打噴嚏後或接觸呼吸道分泌物後請洗手
- 打噴嚏、咳嗽時，請遮蓋口、鼻；使用正確方法棄置口、鼻分泌物。切勿隨便吐痰。
- 增強身體抵抗力能有效地預防受流感感染，可透過均衡飲食、適量運動、充足休息、保持心情開朗及不吸煙。
- 在流感期間，避免到人多擠迫及空氣不流通的公眾場所。
- 最有效的預防流感方法應由個人做起，特別是那些容易受感染及患上流感併發症的人仕，應每年接受一次流感疫苗注射。
- 增強身體抵抗力能有效地預防受流感感染，可透過均衡飲食、適量運動、充足休息、保持心情開朗及不吸煙。
- 在流感期間，避免到人多擠迫及空氣不流通的公眾場所。
- 最有效的預防流感方法應由個人做起，特別是那些容易受感染及患上流感併發症的人仕，應每年接受一次流感疫苗注射。

關於流行性感冒疫苗

18. 有沒有對抗季節性流感和人類甲型H1N1流感的疫苗? 兩者有何分別?

現時疫苗可對抗季節性流感和甲型H1N1流感。

季節性流感疫苗按每年社區流行的病毒菌株而定，並由世界衛生組織所建議。

2009-2010 年度建議季節性流感疫苗（北半球為冬季）所對抗的病毒菌株如下：

- 甲型／布里斯本／59／2007 (H1N1) 病毒；
- 甲型／布里斯本／10／2007 (H3N2) 病毒；
- 乙型／布里斯本／60／2008 病毒

以下是2008-2009年度的流行性感冒疫苗：

- 甲型/布里斯本/59/2007(H1N1) 類病毒
- 甲型/布里斯本/10/2007(H3N2) 類病毒
- 乙型/布里斯本/4/2006 類病毒

請注意，甲型／布里斯本／59／2007 (H1N1) 病毒與人類甲型H1N1流感病毒是不同的。甲型H1N1流感病毒並不是季節性流感疫苗注射的一部份，因此季節性流感疫苗並不會對甲型H1N1流感產生任何保護作用。

甲型H1N1流感現已成為全球最流行的流感病毒，而全球亦已研製疫苗對抗此病毒。這是一種獨立的疫苗，與季節性流感疫苗不同。政府現正進行購置甲型H1N1流感疫苗的程序。

19. 流行性感冒疫苗在預防流感的成效怎樣?

如健康人士在接觸病毒前兩星期接受季節性流感疫苗注射，並其所感染的病毒與疫苗所對抗的病毒相同，疫苗就可提供70%至90%的保護效能。對於長者來說，流感疫苗的效能是較低的，但卻可大大減低患上嚴重疾病或死亡的機會。甲型H1N1流感疫苗的效能約為70%至90%。

20. 甚麼人需要接受預防流行性感冒疫苗?

容易患流行性感冒併發症的高危人士及與他們有緊密接觸的人士，如一同居住的家人，應接受預防流行性感冒疫苗注射。任何人士若想減低患上流行性感冒的機會，便應接受預防流行性感冒疫苗注射。

21. 懷孕期間可否接受預防感冒疫苗?

懷孕會提高患上流感併發症的風險。若一旦感染併發症，懷孕婦人的住院率會比同齡之非懷孕婦人高。由於流感疫苗源自失活的病毒（即已被殺死的病毒），因此很多專家相信懷孕的任何階段接受疫苗注射都是安全的。

疾病控制及預防中心和衛生防護中心均建議孕婦於懷孕期間接受失活的季節性流感疫苗，而現時並沒有證據顯示，非活躍性之流感疫苗，會增加畸胎形成之風險。

然而，現時並未有足夠的臨床資料證實全新的甲型H1N1流感疫苗（滅活或失活）對孕婦的安全性和有效性。

22. 如我正餵飼母乳，接受季節性流感疫苗注射是否安全?

在母乳哺養期間接受預防流感疫苗是安全的。流感疫苗不會令母親及嬰兒患上流感的。

23. 哪些人較大風險患上季節性流感的併發症?

提議以下類別之高危人士應每年接受一次預防流行性感感冒疫苗:

- 50歲以上
- 入住老人院或居於長期護理院的長期病患者(任何年齡)
- 成年人及6個月以上的小童並患有心臟病、肺病、哮喘
- 成年人或6個月以上的小童需定期治療者、又或因患糖尿病、腎病、免疫力弱(愛滋病或免疫系統受感染)而需入院治療的人士。
- 長期接受阿士匹靈治療之6個月至18歲的小童及青少年，會因流行性感感冒而患上雷耶綜合徵(Reye's Syndrome)。
- 在感冒季節期間懷孕三個月以上的婦人
- 與高危類別之人士有緊密接觸者
- 於診所、醫院或老人院工作的醫護人員或其他人士

24. 誰不應接受季節性流感的疫苗注射?

以下類別人士在未向醫生查詢前，切勿接受預防流行性感感冒疫苗注射。

- 對雞蛋有過敏反應
- 於接受流感疫苗後曾有嚴重不良反應
- 曾因接受流行性感感冒疫苗6星期後，出現吉巴氏綜合徵(Guillain-Barre Syndrome)，一種神經系統疾病，引致肌肉無力或麻痺。
- 曾對藥物新黴素(neomycin)、慶大黴素(Gentamicin)或曾對其他疫苗如: thiomersal, polysorbate 80, octoxinol 9 及甲醛 (Formaldehyde) 有過敏反應。
- 曾患有一般或嚴重的急性疾病，不論有或沒有發燒的徵象。

25. 為甚麼需要每年接受一次防疫注射?

流感病毒每年會有所改變(變型)，因此應注意以下事項：

- 首先，一生中可患上多次流行性感感冒。因患感冒而痊癒後所產生的免疫力並不能有效地對抗新品種的流感病毒。
- 第二，針對性應付一種流感病毒的疫苗，未必能對抗新的流感病毒。因此，預防流行性感感冒疫苗需要每年更新，以便將在該年流行的流感病毒包括在疫苗內。因此，世界衛生組織須每年更新流感疫苗，以涵蓋每年社區所流通的最新流感病毒。
- 第三，於接受流感疫苗後，其免疫功能會隨時間減低，在一年後其體內的抵禦能力未必具備足夠的保護作用。

26. 我應何時接受季節性流感疫苗注射?

季節性流感疫苗注射可於每年的下半年度，於北半球冬天來臨前有供應。

27. 接受預防流行性感疫苗後，疫苗在體內需要多久才能產生抗體對抗流感?

一般在接受流感疫苗注射後，大約須要兩星期才能在體內產生抗體，提供對抗流感病毒的保護作用。提議應於流感季節開始前接受預防流行性感疫苗。

28. 接受預防流行性感疫苗後，是否仍會患上流感?

會。預防流行性感疫苗的保護能力乃取決於以下兩點:

- 年齡及健康狀況
- 流行性感病毒的種類與流感疫苗病毒種類是否配合或相類似。如流感病毒與疫苗病毒配合或接近，一般65歲以下的健康人仕，能得到70-90%的預防流感保護。

29. 季節性流感疫苗可否保障我避免患上傷風或其他疾病?

很多人誤以為一旦出現發燒或傷風的徵狀(如流鼻水、咳嗽等)，或腸胃病徵的徵狀(嘔吐、作嘔及肚瀉等)就等同患上流感。但須注意，預防流感疫苗只能對由對由流感病毒所引致的疾病產生保護作用；但卻未能預防因其它病毒而引致的發燒、傷風、腸胃不適等毛病。

30. 季節性流感疫苗會令我患上流感嗎?

預防流行性感疫苗是一種不活躍或已死的流感病毒，因此不會造成流感疾病。

31. 季節性流感疫苗注射可能會引致哪些副作用?

- 注射部位出現疼痛、紅腫。
- 輕微發熱
- 肌肉疼痛

以上不適大約於注射後1至2天出現

32. 會否出現嚴重的問題?

- 致命的過敏反應比較罕見，此情況通常出現於對蛋有嚴重過敏的人仕，因為流感疫苗的病毒是在雞蛋內培植的。因此，任何人士如對雞蛋或曾於注射流感疫苗後有嚴重過敏反應，應於接受流感疫苗注射前向醫生查詢。
- 吉巴氏綜合徵狀(Guillain-Barre Syndrome) - 出現發燒、神經受損及肌肉無力的症狀。據1976年的一項研究顯示，於100萬名接受流感疫苗的人士中，則有一位會患上吉巴氏綜合徵狀。大部分患者都會完全康復或近乎完全康復，但亦有導致終身神經損害的個案。

進一步資料

33. 可以在那裡得悉多些有關流行性感冒的資料？

有關的詳細資料可參閱以下：

- 世界衛生組織網頁: <http://www.who.int/en>
- 美國疾病控制及預防中心網頁: <http://www.cdc.gov/>
- 香港醫療衛生署網頁: <http://www.info.gov.hk/dh>
- 衛生防護中心(CHP): <http://www.chp.gov.hk/>