

重申秋冬流感季節防治注意事項

時序入秋冬流感流行季，近三週上呼吸道感染群聚通報件數仍高，多為校園流感群聚通報，另近期國軍部隊陸續出現流感群聚事件，特重申流感季節防治注意事項，籲請各單位加強宣導，並落實通報及各項防疫作為，重點說明如次：

壹、流行性感冒

一、疾病概述：

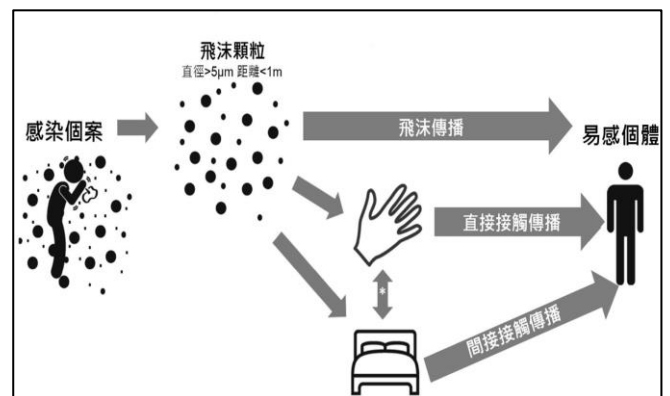
流感為一種急性病毒性呼吸道疾病，感染後可能出現發燒、咳嗽、頭痛、肌肉痠痛、疲倦、流鼻水等症狀，大多數人約可在1周內康復，致病原為流行性感冒病毒（Influenza virus），區分A、B、C及D四型，其中A、B型可引起季節性流行，一般流感併發重症以感染A型流感病毒為主，但感染B型流感亦可能發生嚴重併發症。

二、傳播方式

- (一) 飛沫傳染：感染者咳嗽或打噴嚏而擴散病毒。
- (二) 接觸傳染：病毒可短暫存活於物體表面，故可藉由手沾染病毒再接觸口、鼻或眼睛而感染。

三、潛伏期：通常為1至4天，一般為2天，通常約在發病後1至2週內出現併發症。

四、可傳染期：發病前（症狀出現）1-2天至症狀出現後3-5天，但兒童及免疫不全者時間則較長，可長達數周至數月。



貳、預防措施

一、預防流感最好的方法就是接種流感疫苗：健康成人大約可達70-90%之保護力。重症高風險族群（老年人、嬰幼兒、孕婦及慢性病患者）及高傳播族群（學校、軍營等因居住或活動空間較為擁擠者）應鼓勵接種，強化群體免疫效果。國軍流感疫苗預計劃於112年11月20日開打，請各單位在尊重個人意願及醫師評估許可下，持續宣導官兵接種，以提升保護力。



二、持衡衛教宣導，落實個人與家庭防護

- (一) 落實公衛習慣：勤洗手、戴口罩，注意呼吸道及咳嗽禮節，外出減少雙手觸摸眼口鼻頻率，避免疫病傳播風險。
- (二) 保持社交距離：室內應選擇空氣流通、加大距離場所，前往戶外空曠處，避免出入人多擁擠場所。
- (三) 確認診斷：流感與COVID-19症狀相似，如有疑似症狀（包括發燒、頭痛、肌肉痠痛、呼吸道症狀、全身性倦怠等），倘新冠快篩陰性，仍不可輕忽，應協助轉診確認診斷，避免群聚肇生。
- (四) 維持健康生活：保持良好公衛習慣、正向樂觀態度、正常作息、飲食均衡、適當運動。

衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC 告

請保持距離的美感 不要流感群聚感染！

流感病毒傳染方式

接觸傳染

流感病毒飛沫掉落到物體表面，可在寒冷、低溼度環境中存活數小時

飛沫傳播

密閉空間

超簡單、超實用三大招

【勤洗手】
不讓病毒沾上手

【戴口罩】
飛沫遠離你我他

【生病在家休息】
全勤獎不必是我

參考資料：

衛生福利部疾病管制署《流感併發重症傳染病防治工作手冊》、《流感併發重症核心教材》。



國防部軍醫局關心您