

何謂流行性感冒？

流感為急性病毒性呼吸道疾病，流感病毒可分為 A、B、C 三種型別。台灣主要流行的季節性流感病毒有 A 型流感病毒及 B 型流感病毒。流感爆發流行快速、散播範圍廣泛，主要透過呼吸道飛沫傳播，常引起發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等，但通常均在 2~7 天內會康復。



取自 <https://www.google.com/search?q=流行性感冒>

預防方法

1. 加強個人衛生習慣，勤洗手，避免接觸傳染。
2. 有出現類流感症狀，如有發燒、咳嗽等症狀，請及早就醫，以防感染流感引起肺炎、腦炎等嚴重併發症；就醫後宜盡量在家休息，減少出入公共場所；如有外出，請記得戴上口罩，並注意咳嗽禮節，於咳嗽或打噴嚏時，以手帕或衣袖捂住口鼻，避免病毒傳播。
3. 於流感流行期間，民眾盡量避免出入人潮擁擠、空

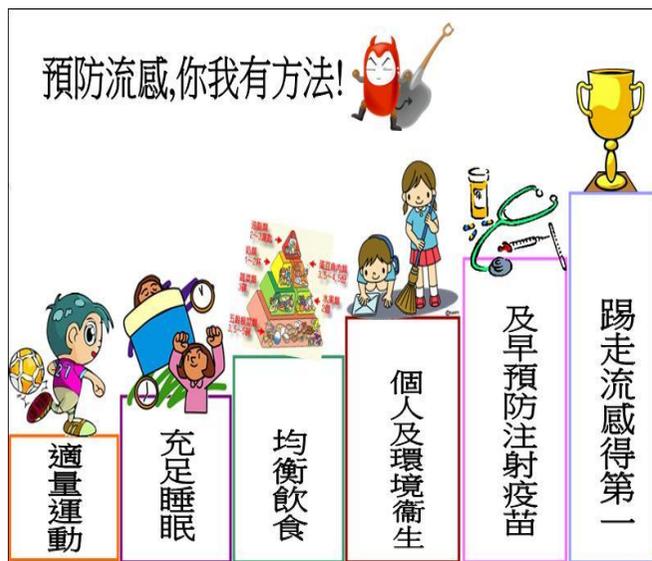
氣不流通的公共場所，減少病毒感染機會。



取自 <https://www.cdc.gov.tw>

接種疫苗

預防流感最好的方法就是施打流感疫苗，健康成年人大約可達 70~80% 之保護，而 65 歲以上等高危險群尤應接受疫苗接種，以防感染流感引起之併發症。



取自 <https://www.google.com/search?q=防範流行性感冒>

所有衛教資訊內容僅供參考使用，無法提供任何醫療行為和取代醫師當面診斷，若有問題，請向門診醫師或原住院病房諮詢！

參考資料

衛生福利部疾病管制局 (2019, 4 月 29 日) · 流感併發重症 · 取自 <https://is.gd/uf66Sp>。

臺大醫院健康電子報 (2017, 10 月 13 日) · 流感之護理指導 · 取自 <https://is.gd/Th9O9J>。

流行性感 冒 注意事 項



取自 <https://www.google.com/search?q=防範流行性感冒>

高雄榮民總醫院屏東分院

護理部關心您

電話：08-7704115 轉 815

2014.10.31 訂定

2019.06.25.二修