

高雄榮民總醫院臺南分院

H1N1 新型流感



一、何謂H1N1 新型流感？

1. H1N1 新型流感原是一種於豬隻中感染的疾病，屬於 A 型流感病毒，常見病毒為 H1N1、H1N2、H3N1 與 H3N2。
2. H1N1 新型流感病毒通常不會感染人類，但可能豬隻感染豬流感後，與禽流感或人流感之病毒基因混合重組，人類在接觸感染的豬隻或身處受 H1N1 新型流感污染的環境之下感染 H1N1 新型流感後，由人傳人的方式引發流行。

二、H1N1 新型流感的傳染途徑？

H1N1 新型流感傳染途徑與季節性流感類似，主要是透過飛沫傳染與接觸傳染，一般成人在症狀出現前 1 天到發病後 7 天均有傳染性，但對於病程較長之病患，亦不能排除其發病期間繼續散播病毒。

三、感染 H1N1 新型流感的症狀？

1. 感染 H1N1 新型流感症狀與季節性流感類似，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身酸痛、頭痛、寒顫與疲勞，有些病例出現腹瀉、嘔吐症狀，部分病例出現流鼻涕等症狀，且一週內會痊癒，即使不需特殊治療亦可康復。
2. 有極少數人感染後病情迅速轉為重症，危險徵兆如下：呼吸急促、呼吸困難、嘴唇發紫或變藍、血痰、胸痛、意識不清、高燒 3 天、低血壓。兒童危險徵兆包括呼吸急促或困難、嗜睡、精神不濟及玩耍意願降低等，亦應特別注意。

四、如何預防感染 H1N1 新型流感？

1. 接種疫苗是目前預防流感最有效的方法。
2. 注意個人衛生及保健：養成勤洗手的良好衛生習慣，尤其在進餐前、如廁後務必要洗手，且遵守洗手步驟。
3. 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節：
 - (1) 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並丟進垃圾桶。
 - (2) 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻。
 - (3) 如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持社交距離。
 - (4) 手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即徹底清潔雙手。
 - (5) 生病時應在家休息，除就醫外，儘量避免外出。
 - (6) 遠離感染來源：避免前往 H1N1 新型流感發生地區。
 - (7) 保持室內的空氣流通，生病時避免至人群擁擠公共場所。
 - (8) 注意均衡飲食，規律運動，以增強身體的抵抗力。

五、出現 H1N1 新型流感的症狀，該怎麼辦？

如出現發燒、咳嗽、流鼻水、打噴嚏、肌肉酸痛、頭痛或極度倦怠感等類流感症狀，請立即配戴口罩就醫，並告知醫師相關病史、工作史、禽畜接觸史及旅遊史。



高雄榮民總醫院
臺南分院

K • V • G • H
Tainan Branch

關心您

護理部製作 M042