

## 家庭醫學及基層醫療中心

### 養和醫院

香港跑馬地山村道2號李樹培院地下

電話：(852) 2835 8600 傳真：(852) 2892 7506

opd@hksh-hospital.com

www.hksh-hospital.com

### 養和醫健

#### 港島西

香港卑路乍街8號西寶城2樓229號

電話：(852) 2267 8300 傳真：(852) 2892 7586

fmciw@hksh-healthcare.com

#### 中環

香港中環干諾道中30-32號莊士大廈3樓

電話：(852) 2523 7887 傳真：(852) 2523 7873

fmccn@hksh-healthcare.com

#### 北角

香港北角丹拿道8號雋悅3樓

電話：(852) 2219 9012 傳真：(852) 2892 7572

fmcth@hksh-healthcare.com

#### 太古

香港鰂魚涌太古城道39號匯豪峰B及C舖

電話：(852) 2563 6655 傳真：(852) 2892 7560

fmctk@hksh-healthcare.com

www.hksh-healthcare.com

### 養和東區醫療中心

#### 港島東

香港筲箕灣阿公岩村道5號李樹芳樓5樓

電話：(852) 2917 1180 傳真：(852) 2892 7403

fmc@hksh-emc.com

www.hksh-emc.com

查詢或預約，歡迎聯絡我們

OPD.0331.H/C-04-092019

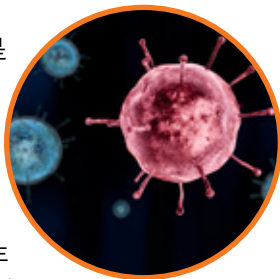


# 「疫」境自強 對抗流感

## 何謂流感

季節性流行性感冒（流感）是由流感病毒引致的急性呼吸道疾病。本港流感一般於一至三／四月和七、八月較為流行。已知可感染人類的季節性流感病毒有三種類型：甲型、乙型和丙型。在2009年春季，甲型（H1N1）流感病毒首次

出現並導致人類感染個案，並在2009年中出現流感大流行。甲型（H1N1）pdm09流感病毒現已成為全球季節性流感病毒株之一。



## 傳播途徑

流感病毒主要透過患者咳嗽、打噴嚏或說話時產生的飛沫或直接接觸患者的分泌物而傳播。潛服期一般約為1至4天，患者可在病發前約1天至病發後5至7天傳染他人。幼兒或免疫功能嚴重受損人士的傳染期會更長。

## 病徵

病徵包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、流鼻水、肌肉痛、疲倦和頭痛；亦可能出現嘔吐和腹瀉等。咳嗽多是嚴重和持續時間較長，但發燒和其他病徵一般會在5至7天內自行減退。然而，免疫力較低的人士或長者一旦染上流感會是嚴重的疾病，而且可能會出現支氣管炎或肺炎等併發症，甚至死亡。

## 治療

主要使用藥物治療症狀，抗病毒劑能減輕病情和縮短患病時間，但必須由醫生處方可服用。患者亦要有充足休息和多喝水。

## 預防注射

### 1. 接種季節性流感疫苗

流感疫苗能安全有效地預防流感和其併發症。除有已知禁忌症的人士外，所有年滿6個月或以上人士均應接種流感疫苗以保障個人健康。

### 接種時間

由於疫苗成分須根據每年流行的病毒株而更新，以加強保護。因此，流感疫苗需每年接種。接種疫苗後約兩星期，體內便會產生足夠抗體對抗流感。

### 建議接種的人士

- 孕婦
- 居於安老院的長者
- 殘疾人士院舍的長期宿友
- 50歲或以上人士
- 有長期健康問題人士\*
- 醫護人員
- 6個月至11歲（未滿12歲）兒童
- 家禽業從業員
- 從事養豬和屠宰豬隻行業的人士



\*包括患有長期心血管疾病（患有高血壓但無引發併發症的人除外）、肺病、新陳代謝疾病或腎病、肥胖（體重指數30或以上）、免疫力低人士（包括因疾病（例如後天免疫缺乏症候群）或治療（例如癌症治療）影響而免疫機能減退者）；長期服用亞士匹靈的兒童或青少年（6個月至18歲）；患有長期神經系統疾病，以致呼吸功能減弱或難以處理呼吸道分泌物，或因此病增加異物吸入肺內風險，或欠缺自我照顧能力者。

## 滅活流感疫苗和減活流感疫苗的分別

**滅活**流感疫苗含已死亡病毒，可透過注射接種；而**減活**流感疫苗則含已弱化病毒，須透過噴鼻接種。**滅活**流感疫苗和**減活**流感疫苗同樣有效，惟適用人士有別。因應不同產品，大部分**滅活**流感疫苗均適用於6個月或以上的人士，包括健康人士、懷孕婦女及有長期健康問題人士。**減活**流感疫苗只建議供年齡為2歲至49歲的非懷孕及非免疫力低人士使用。詳情請向醫生查詢。

### 不宜接種或須押後接種**滅活**流感疫苗人士

- 對任何疫苗成分或接種任何流感疫苗後曾出現嚴重過敏反應
- 發燒
- 對雞蛋過敏、有出血病症或服用抗凝血劑，應先諮詢醫生意見



### 不宜接種或須押後接種**減活**流感疫苗人士

- 對任何疫苗成分或接種任何流感疫苗後曾出現嚴重過敏反應
- 正服用亞士匹靈或含水楊酸鹽藥物的兒童和青少年
- 有下列情況的2至4歲兒童：曾確診哮喘；或過去12個月曾患喘鳴或哮喘
- 因任何原因導致免疫功能減弱的兒童及成人

- 免疫系統嚴重受抑制
- 懷孕
- 在過去48小時曾服用流感抗病毒藥物
- 對雞蛋過敏人士，應先諮詢醫生意見



### 常見副作用（**滅活**流感疫苗）

- 接種處出現痛楚、紅腫
- 發燒
- 肌肉疼痛
- 疲倦

### 罕見副作用（**滅活**流感疫苗）

- 風疹塊
- 口舌腫脹
- 呼吸困難
- 吉巴氏綜合症

### 常見副作用（**減活**流感疫苗）

- 鼻塞
- 流鼻水
- 發燒
- 喉嚨痛

## 2. 保持良好的個人及環境衛生

- 經常保持雙手清潔
- 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻，將已用紙巾棄於有蓋垃圾箱內，然後徹底清潔雙手
- 如出現呼吸道感染病徵，應戴上外科口罩，並盡早求診
- 使用1比99稀釋家用漂白水定期清潔和消毒經常接觸的表面面；金屬表面則可用70%酒精清潔消毒
- 用吸水力強的即棄抹巾清理可見污物，例如呼吸道分泌物，再用1比49稀釋家用漂白水消毒受污染地方及鄰近各處，待15至30分鐘後，用水清洗並抹乾。金屬表面可用70%酒精清潔消毒
- 保持室內空氣流通



## 常見問題

### 1. 接種流感疫苗後多久可產生抗體及保護作用？

接種後約3星期後可產生保護作用。

### 2. 小童應何時開始接種流感疫苗？需要接種多少針？

幼童於6個月大後便能接種流感疫苗。少於9歲之兒童而又是初次接種流感疫苗便需要接種兩針，第二針與第一針需相隔28天。



### 3. 誰人適宜接種流感疫苗？

根據衛生署建議任何人可於每年流感高峰期前接種流感疫苗，更鼓勵小童、長者、預備懷孕或懷孕期間婦女、長期病患及高危人士如醫護人員等按時接種流感疫苗以作適當的保護。

接種疫苗更可預防併發症。

### 4. 有何常見副作用？

臨床上最常見的副作用有頭痛、發燒、肌肉酸痛或注射部位腫痛或紅腫。

### 5. 食物或藥物敏感者能注射嗎？

對蛋白敏感者不能注射此疫苗，因疫苗有蛋白成分，會引起敏感反應。