

認識 H1N1 新型流感

98.11.01 製

109.05 一修

113.12 二修

一、什麼是 H1N1 新型流感

H1N1 新型流感(豬流感)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。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、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，兒童病例的可傳染期通常較成人病例為長。

三、新型流感的症狀

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。

四、如何預防感染 H1N1 新型流感？

(一)注意個人衛生及保健：勤洗手，養成良好衛生習慣。

(二)注意呼吸道衛生及咳嗽禮節：

- 1.咳嗽及打噴嚏時遮住口鼻，若無面紙或手帕時，可用衣袖代替。
- 2 使用面紙處理呼吸道分泌物後，要立即澈底清潔雙手。
3. 如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持 2 公尺以上距離。
4. 當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並丟進有蓋垃圾桶。
5. 生病時應在家休息，除就醫外，儘量避免外出。

(三)遠離感染來源：避免前往 H1N1 新型流感發生地區。

(四)保持室內的空氣流通，生病時儘量避免至人群擁擠的公共場所。

(五)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($>38^{\circ}\text{C}$)、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，前往具流感快速篩檢之醫療院所就醫，並告知醫師相關病史、工作史、禽畜接觸史及旅遊史。

六、治療

服用克流感治療，完整服用五天療程，不可自行停藥。

七、孕婦、慢性肺病(包括氣喘在內)、心血管疾病、糖尿病與免疫抑制患者等，要特別注意感染後並發重症高危險性。若出現呼吸急促、呼吸困難、嘴唇發紫或變藍、血痰、胸痛、意識不清、高燒三天、低血壓之危險徵兆，均應及早就醫積極治療。

臺北榮總蘇澳暨員山分院 關心您

蘇澳門診諮詢電話：03-9905106 轉 6100、6150

員山門診諮詢電話：03-9222141 轉 6000、6002

認識 H1N1 新型流感之護理指導單張

病歷號: _____

姓名: _____

於下述就醫日期至臺北榮民總醫院蘇澳暨員山分院 (門診、住院、急診室)
經醫師或護理人員說明解釋已瞭解。

衛教日期	家屬及病人簽名	指導者簽名

