

H1N1 新型流感之照護

一、什麼是 H1N1 新型流感：

原是一種豬之中感染的疾病，屬於 A 型流感病毒，常見有 H1N1、H1N2、H3N1 與 H3N2。2009 年 4 月起源於墨西哥，而目前各國爆發的豬流感疫情，即為 H1N1 病毒所引起。

二、傳染途徑：

根據世界衛生組織(WHO)報告顯示，H1N1 新型流感傳染與季節性流感相同，透過飛沫與接觸傳染。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人，也不能排除其發病期間繼續散播病毒，另兒童可傳染期較成人病例為長。

三、症狀：

1. H1N1 新型流感症狀與季節性流感類似，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身痠痛、頭痛、寒顫與疲勞，也有病人會腹瀉、嘔吐的症狀。症狀突然來的又急又快，而大部分感染者症狀多為輕微，且一週內會痊癒，不需要特殊治療也可康復，故大多數人可以在家休養。但有極少數人感染後，病情可能會轉為重症，所以臨床醫師、病人及家屬應對病人病情轉換之危險徵兆提高警覺，及早就醫積極治療。
2. 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。感染新型流感的病人都有機會可能併發重症，若病人年齡大於 65 歲以上長者、本身有慢性疾病的民眾、孕婦與兒童，則更要特別注意，因為併發重症的機率更高。而兒童危險徵兆另外包含:呼吸急促、呼吸困難、嗜睡、精神不濟及玩耍意願降低等，也應特別注意。

有上述症狀不一定是 H1N1 新型流感，因為 H1N1 新型流感尚須許多檢查、檢驗來確立診斷，若您有上述症狀建議儘速至感染科門診就醫。

四、治療：

目前克流感(Tamiflu)及瑞樂沙(Relenza)均可用於治療 H1N1 新型流感但使用抗病毒藥劑前仍應由醫師評估。

五、預防方法：

1. 注意個人衛生:肥皂勤洗手，養成良好的習慣。若無法洗手時，可以使用含酒精(60%以上)的乾洗手液。
2. 遠離感染來源，避免前往 H1N1 新型流感發生地區、人潮擁擠地區或至醫院探訪病人。

3. 保持良好生活習慣:均衡飲食、適當的運動、提升自體免疫力。
4. 有發燒等類似新型流感症狀，應戴口罩並儘快就醫，並應注意呼吸道衛生及咳嗽禮節。

六、疫苗：

1. 關於 H1N1 新型流感的疫苗在注射 3-4 週後，有最好的保護效果，對於注射後，還是會有機會感染 H1N1 新型流感。
2. 疫苗接種禁忌症：
 - (1)對蛋過敏或曾經對疫苗過敏者
 - (2)年齡 6 個月以下嬰兒
 - (3)過去注射過流感疫苗曾發生過敏者
 - (4)經過醫師評估後不適合接種者
 - (5)有發燒症狀或急性疾病病人
3. 疫苗接種後，在注射部位會有紅腫疼痛情形，有可能會發燒或產生過敏等副作用，建議在施打完疫苗後，待在醫療院所休息半小時，沒有特殊反應再離開。

七、居家照護注意事項：

1. 發燒時，依醫師指示使用解熱鎮痛劑減輕不適，並適當補充體液。
2. 選擇喜愛的食物補充熱量，勿強迫進食。
3. 適度休息以恢復體力。

參考資料

- 柯海韻、郭凡、池宜倩、周淑汶、陳昶勳(2017)．傳染病防治醫療網之建置與維運簡．*疫情報導*，33(11)，198-204。
- 連賢明、黃勢璋、簡毓寧(2019)．媒體報導對防疫管制的影響:以 H1N1 為例．*經濟論文叢刊*，47(1)，127-115。
- Centers for Disease Control and Prevention (2017) .Flu Symptoms & Complications.Retrieved from <http://www.cdc.gov/flu/about/disease/complications.htm>

所提供之資訊不能取代醫師之治療及醫師與病人之關係
(資料來源取自臺北榮民總醫院健康 e 點通)

臺北榮總蘇澳分院關心您

門診諮詢電話:03-9905106 轉 6150 或 6160

HN1N 新型流感之照護之個別護理指導單張

病歷號:_____

姓名:_____

於下述就醫日期至臺北榮總蘇澳分院(門診、住院、急診室)經醫師或護理人員說明解釋以瞭解。

衛教日期	家屬或病人簽名	指導者簽名