

# 流感疫苗(INFLUENZA)

## 流感簡介

### 。傳播方式：

流感的傳染途徑，主要是透過感染者咳嗽或打噴嚏所產生的飛沫將病毒傳播給其他人，尤其在密閉空間，由於空氣不流通，更容易造成病毒傳播。另外，因為流感病毒可短暫存活於物體表面，所以也可經由接觸傳染，如手接觸到污染物表面上的口沫或鼻涕等黏液，再碰觸自己的口、鼻或眼睛而感染。

由於流感病毒是經由飛沫及接觸傳染，可於人潮擁擠處快速傳播，亦容易隨著旅遊及經貿、社交等活動，而加速疾病散播。以我國農曆春節為例，每年 1-2 月因逢流感流行高峰期間，返鄉人潮南來北往，疫情也可能隨著感染者的活動而擴散至各處，因此，應多加留意與預防。

### 。感染症狀：

感染流感後主要症狀為發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛及咳嗽等，部分患者伴有腹瀉、嘔吐等症狀。多數患者在發病後會自行痊癒，少數患者可能出現嚴重併發症，常見為病毒性肺炎及細菌性肺炎，另外還包括腦炎、心肌炎或心包膜炎及其他嚴重之繼發性感染等。高危險族群包括老年人、嬰幼兒及患有心、肺、腎臟、肝臟及代謝性疾病等慢性疾病患者，或免疫功能不全者。

### 。預防方式：

1. 預防流感最有效的方法就是按時接種流感疫苗。
2. 維持手部清潔
  - 2.1 勤洗手
  - 2.2 咳嗽或打噴嚏後更應立即洗手
  - 2.3 不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴
3. 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節
  - 3.1 有呼吸道症狀時戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物時立即更換
  - 3.2 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替
  - 3.3 有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持適當距離
4. 生病時在家休養，避免搭乘大眾運輸交通工具，有流感症狀立即就醫，並依醫囑服用藥物
5. 流感流行期間，減少出入公共場所或人多擁擠地方
6. 保持室內空氣流通，降低病毒傳播機會
7. 注意飲食均衡、適當運動及休息，以維護身體健康

## 流感疫苗接種建議

依衛生福利部傳染病防治諮詢會預防接種組專家，以每年度公告建議公費流感疫苗實施對象。

## 接種時程

台灣歷年來流感疫情多自 11 月下旬開始升溫，於年底至翌年年初達到高峰，一般持續至農曆春節，於 2、3 月後趨於平緩，且接種疫苗後需一段時間產生保護力，故建議可於每年 10 月起施打當季流感疫苗，以於整個流感季均有保護力。

# 流感疫苗簡介

## 接種禁忌症(contraindications)

1. 已知對疫苗的成份有過敏者，不予接種。
2. 過去注射曾經發生嚴重不良反應者，不予接種。

## 接種注意事項

1. 發燒或正患有急性中重疾病者，宜待病情穩定後再接種。
2. 出生未滿 6 個月，因無使用效益及安全性等臨床資料，故不予接種。
3. 先前接種本疫苗 6 週內曾發生 Guillain-Barré 症候群 (GBS) 者，宜請醫師評估。
4. 已知對「蛋」之蛋白質有嚴重過敏者，可在門/住診由熟悉處理過敏症狀之醫事人員提供接種，並於接種後觀察 30 分鐘，無不適症狀再離開。
5. 其他經醫師評估不適合接種者，不予接種。

## 接種後注意事項

1. 為即時處理接種後發生率極低的立即型嚴重過敏反應，接種後應於接種單位或附近稍做休息，並觀察至少 30 分鐘，無恙後再離開。
2. 使用抗血小板或抗凝血藥物或凝血功能異常者施打後於注射部位加壓至少 2 分鐘，並觀察是否仍有出血或血腫情形。
3. 接種後如有持續發燒、嚴重過敏反應如呼吸困難、氣喘、眩暈、心跳加速等不適症狀，應儘速就醫，並以電話通報當地衛生局或疾病管制署。
4. 完成疫苗接種後，雖可降低感染流感的機率，但仍有可能罹患流感，民眾還需注重保健與各種防疫措施，以維護身體健康。
5. 接種流感疫苗後 48 小時內約有 1-2% 可能有發燒反應，應告知醫師曾接種疫苗，以做為診斷之參考。接種 48 小時後仍然持續發燒時，可能另有感染或其他發燒原因。

## 不良反應及副作用

流感疫苗是由死病毒製成的不活化疫苗，因此不會因為接種流感疫苗而感染流感。接種後可能會有注射部位疼痛、紅腫，少數的人會有全身性的輕微反應，如發燒、頭痛、肌肉酸痛、噁心、皮膚搔癢、蕁麻疹或紅疹等，一般會在發生後 1 至 2 天內自然恢復。和其他任何藥品一樣，雖然極少發生，但流感疫苗也有可能造成嚴重的副作用，如立即型過敏反應，甚至過敏性休克等不適情況（臨床表現包括呼吸困難、聲音沙啞、氣喘、眼睛或嘴唇腫脹、頭昏、心跳加速等），若不幸發生，通常於接種後幾分鐘至幾小時內即出現症狀。其它曾被零星報告過之不良事件包括神經系統症狀（如：臂神經叢炎、顏面神經麻痺、熱痙攣、腦脊髓炎、對稱性神經麻痺為表現的 GBS 等）和血液系統症狀（如：暫時性血小板低下，臨床表現包括皮膚出現紫斑或出血點、出血時不易止血等）。除了 1976 年豬流感疫苗、2009 年 H1N1 新型流感疫苗與部分季節性流感疫苗經流行病學研究證實與 GBS 可能相關外，其他少有確切統計數據證明與接種流感疫苗有關。此外，現有研究結果與世界衛生組織報告均顯示，孕婦接種不活化流感疫苗，並未增加妊娠及胎兒不良事件之風險。