

快速參考資訊：豬流感

美國宣布進入公共衛生緊急狀態以因應近期通報的豬流感疫情。UnitedHealthcare 特別提供與豬流感有關的重要資訊，幫助您瞭解此一疾病，以便您採取適當的行動俾保護您自己和家人。如需更多資訊，建議您瀏覽疾病管制暨預防中心 (CDC) 網站或諮詢醫療專業人員。

什麼是豬流感？

與目前豬流感爆發有關的病毒感染，是一種因 A 型流感病毒 (H1N1) 而引起的呼吸道感染。這種疾病通常在豬隻身上發現。

您如何染上豬流感？

一般情況下人們不會染上豬流感，不過該病毒具傳染性，人類也會受感染。病毒透過咳嗽或打噴嚏而在人與人之間傳播。從疾病發作前一天到發作後 7 天內，病人通常在任何地方都具傳染性。**備註：食用豬肉和豬肉製品不會染上豬流感。**

什麼人會有染上豬流感的風險？

由於這是一種全新的流感病毒株，目前不太可能對此病毒免疫，因此每個人都有風險。

有哪些症狀呢？

根據疾病管制暨預防中心 (CDC) 的資料顯示，豬流感的症狀和季節性流感非常類似，通常包括發燒、疲倦、食慾不振、咳嗽，不過有些人可能也會流鼻涕、喉嚨痛、嘔吐或腹瀉。

我要如何避免感染豬流感？

我們可以採取行動來避免病毒擴散。

- 勤洗手。常使用肥皂洗手，尤其是在咳嗽或打噴嚏之後。含酒精成分的乾式洗手液也有幫助。
- 避免與病人接觸。
- 咳嗽或打噴嚏時以面紙 (或手肘) 掩住口鼻。將使用後的面紙丟入垃圾桶。
- 不要碰觸眼睛、鼻子或嘴巴，因為病菌就是這樣擴散的。

豬流感要怎麼治療？

疾病管制暨預防中心建議使用抗病毒藥物克流感 (Tamiflu) 和瑞勒沙 (Relenza) 來治療和預防豬流感病毒。如果在出現症狀兩天內服用這類藥物效果最好。重要事項：18 歲 (含) 以下的豬流感確定病例或疑似病例，不應使用阿斯匹靈或含阿斯匹靈的產品，因為可能會出現雷氏 (Reye) 症候群。非類固醇藥物，像是乙醯氨基酚 (acetaminophen，常見於 Tylenol 藥品) 可用於治療豬流感的症狀。

如果我感染了該怎麼辦？

如果染上此病，您應該留在家中並避免與他人接觸，以協助控制疫情的擴散。

此外，如果您出現下列情況時，應該聯絡醫師或護士以進行緊急或急診評估：

- 呼吸困難或呼吸急促
- 胸痛或胸悶
- 肚子痛
- 頭昏眼花
- 神智不清
- 嚴重嘔吐或連續嘔吐

兒童可能發生且需要緊急照護的其他症狀包括：

- 無法補充足夠的水分而導致脫水
- 發燒起疹子
- 病情好轉後，接著又發燒且咳嗽情況惡化

需要呼叫急診醫療服務 (911) 的症狀包括：

- 皮膚發紫
- 無法叫醒您的小孩
- 極度易怒。例如，小孩不想被抱時大呼小叫。

我今年初接種的流感疫苗可以保護我嗎？如果我現在接種流感疫苗呢？這樣有保護作用嗎？

不能 / 沒有用。現在沒有這種流感病毒株的疫苗。住在疫區的居民應該採取措施，避免將病毒散播給他人。

如果我要到墨西哥，我應該服用藥物來避免染上流感嗎？

疾病管制暨預防中心和世界衛生組織 (WHO) 建議此時應避免到墨西哥。如果您計畫到墨西哥，請遵守疾病管制暨控制中心網站的建議以降低感染的機會。如需更多建議資訊，請瀏覽下列網站：<http://wwwn.cdc.gov/travel/content/SwineFluMexico.aspx>

**我應該在什麼時候向
醫師取得藥物？**

只要年滿 1 歲都可以服用抗病毒藥物。您應該詢問醫師您是否需要抗病毒藥物。疾病管制暨控制中心的治療建議如下：

疑似病例：「建議任何疑似感染豬流感的病人都應進行治療。」如果症狀出現還沒有超過兩天，通常建議進行五天藥物治療。某些疑似病例最後可能發現是其他流感病毒株，因此除了克流感 (Tamiflu) 和瑞勒沙 (Relenza) 以外，醫師可能還會開立其他藥物處方。
確定病例：如果症狀出現還沒有超過兩天，可以使用克流感 (Tamiflu) 或瑞勒沙 (Relenza) 五天。

孕婦：目前還沒有懷孕期間使用克流感 (Tamiflu) 和瑞勒沙 (Relenza) 的安全測試。只有在覺得使用效益高於可能傷害胚胎或胎兒的情況下，才可以讓孕婦使用這類藥物。

非病人的預防藥物治療：必須至少使用藥物七天才能提供有效的照護。建議下列人士進行預防治療：

- 接近流感併發症高度風險者的家人
- 接近豬流感確定病例或疑似病例的學校兒童
- 到墨西哥且有流感併發症高度風險的人士
- 在墨西哥邊境工作且有流感併發症高度風險的人士
- 曾經在沒有保護的情況下與處於傳染期間的豬流感確定病例近距離接觸的健康照護或公共衛生工作者
- 在有確定豬流感病例的地區工作以及可能有問題的任何健康照護人員、要到墨西哥的非高風險者、緊急應變工作者、在有確定病例的區域工作的邊境工作者，都可以考慮預防照護。

流感感染可能導致細菌感染或同時發生細菌感染。若出現此情況，病人可能也需要服用抗生素。若流感病例的病程長或病情嚴重，當看似好轉時卻又再度惡化，可能是細菌感染的徵兆。病人若擔心其症狀的進程，應該詢問醫師。

**對抗本流感的疫苗多快可
以製造出來？**

這個問題的答案目前不得而知，不過可能需要好幾個月才能製造並測試新的疫苗。目前的季節性流感疫苗無法用來對抗豬流感病毒。

**病毒能在表面上存活
多久？**

已知某些病毒和細菌可在表面 (例如自助餐桌、門把和書桌) 存活 2 個小時或更久。

使用口罩和呼吸罩呢？

下列連結提供有關使用口罩和呼吸罩的大量資訊：

<http://www.cdc.gov/swineflu/masks.htm>。

**對於在家照護已知或疑似
豬流感的病人有甚麼
建議嗎？**

疾病管制暨預防中心剛更新如何在家照護豬流感病人的資訊，請瀏覽下列網頁：

http://www.cdc.gov/swineflu/guidance_homecare.htm。需要留意的事項：

- 除了照護者之外，病人在家時不應有其他訪客。電話慰問比探病安全。
- 如果可能，只由一名成人在家照顧病人。
- 避免讓孕婦照顧病人。孕婦出現流感相關問題的風險較高，懷孕期間的抵抗力也可能降低。
- 家裡每個人都應該勤用肥皂洗手或以含酒精成分的搓手液清潔雙手，包括每一次與病人接觸後，或接觸病人的房間或浴室之後。
- 洗手後使用紙巾擦乾雙手，或使用家裡每個人自己的毛巾擦乾，舉例來說，可使用不同的顏色來區分每個人的毛巾。
- 照護者可能因為照顧病人而染上流感，而且可能在出現症狀之前將流感散播給他人。因此，照護者出門時應該戴上口罩，如此一來，萬一在感染的早期階段，可以避免將疾病散播給其他人。
- 照護者應該諮詢醫師使用抗病毒藥物以免感染此疾病。
- 照護者應該為自己和家人檢查流感症狀，如果感覺生病時應該撥打專線電話或與醫師聯絡。

**如果我或家人有類流感疾
病，我們應該怎麼做才能
避免散播此疾病？**

在覺得生病之後七天內或症狀消失後 24 小時內應該留在家裡 (以時間較長者為準)。如果病人想要就醫，到診所之前應先打電話聯絡醫師。出現嚴重症狀 (例如呼吸困難) 的病人應該立即就醫治療。病人如果要出門，應該戴上口罩以降低散播病毒的可能。如果沒有口罩，建議咳嗽或打噴嚏時應使用手帕掩住口鼻。當然，在家隔離的病人應該勤洗手或經常使用含酒精成分的乾式洗手液。通常而言，洗手時間應該至少 15 至 20 秒。如果家裡其他人可能在離病人 6 呎的範圍內活動，病人應該戴上口罩。如需更多資訊，請瀏覽：
<http://www.cdc.gov/swineflu/mitigation.htm>。

PEW435295-000

第 2 頁，共 2 頁

如需瞭解更多資訊，請造訪：
http://www.cdc.gov/swineflu/general_info.htm