

流感大流行常見問題

什麼是流感大流行？

流感大流行在出現一種新 A 型流感病毒且人類對此種病毒很少有或沒有免疫力的情況下爆發；病毒會造成嚴重疾病，並很容易在世界各地傳播。流感大流行的症狀與普通流感相似，但更嚴重。

流感大流行有哪些症狀？

季節性流感的症狀為發燒、咳嗽、喉嚨痛、流鼻涕或鼻塞、肌肉疼痛、頭痛、寒戰和疲倦。流感大流行的症狀與此相同，但更嚴重，受影響的人更多。

是否有疫苗能夠預防流感大流行？

預防普通流感的疫苗不能預防流感大流行病毒。必須具體針對特定的造成流感大流行的病毒製作流感疫苗。這就是每年流感疫苗都會有變化的原因。需要幾個月時間才能生產出疫苗。如果出現流感大流行，會儘快生產新的疫苗。

如果出現流感大流行，是否會發生廣泛傳播的疾病？

通常，流感大流行病株會很快傳播，因為人們沒有預防這種病毒的天然免疫力。由於大多數人對流感大流行病毒沒有免疫力，預計感染率和患病率會比季節性普通流感爆發的感染率和患病率更高。流感通常至少爆發兩次，每次延續兩至三個月時間，兩次爆發之間通常有幾個月的間隔時間。

我如何保護自己並預防將流感傳染給他人？

- 每次用肥皂和溫水洗手至少 20 秒。如果沒有水和肥皂，用含酒精洗手液洗手。
- 避免用手觸摸眼睛、鼻子和嘴巴。流感經常是通過這種方法傳播的。
- 對著臂彎咳嗽或打噴嚏，不要對著手心咳嗽或打噴嚏。如果您有紙巾，咳嗽或打噴嚏時用紙巾蓋住嘴巴和鼻子。扔掉紙巾，然後洗手。

- 生病時，不要與其他人呆在一起。不要去上班、上學或外出辦雜事，呆在家裏。僅因醫療護理原因離開家，外出時戴上 N95 號口罩。
- 避免與病患接觸，與病患至少保持六英尺的距離。
- 絕對不要將生病的孩子送去上學或送到幼稚園。
- 用消毒劑或含有漂白劑的清潔劑清潔物體表面，例如檯面、水池、水龍頭、門把手、電話和電燈開關。您還可以用水和漂白劑自己混合清潔劑，在十份水中加一份漂白劑。
- 保持充足的睡眠，吃健康的飲食，每天至少喝八杯飲料，並定期運動。

流感大流行是否有治療方法？

抗病毒藥物可能對治療流感大流行有效。抗病毒藥物可以減輕病狀，使您的感覺更快好轉。疾病控制與預防中心（CDC）儲存此類藥物。如果出現流感大流行，可根據疾病的發展狀況以最有效的方法使用這些藥物。

流感預防針是否會讓您感染流感？

不會，不會因注射流感預防針感染流感。流感預防針中包含的流感病毒是滅活（殺死的）病毒，這意味著這些病毒不會造成感染。流感疫苗製造商在生產疫苗的過程中殺死疫苗中使用的病毒，另外還會對不同批號的流感疫苗進行測試，以確保疫苗的安全。在隨機盲性研究中，為一些人注射流感預防針，為另一些注射鹽水針劑，症狀上的唯一差別是注射流感預防針的人手臂注射部位紅腫更嚴重。在身體疼痛、發燒、咳嗽、流鼻涕或喉嚨痛方面沒有差異。

哪些人在流感大流行期間風險最大？

在流感大流行期間最容易感染的人群是年長者、慢性疾病患者、免疫力缺乏者、兒童和孕婦。

H1N1 是否仍然存在？

疾病控制與預防中心（CDC）認為，儘管世界衛生組織（WHO）宣佈 2009 年 H1N1 流感大流行已經結束，截至 2011 年春季 H1N1 流感病毒仍然與其他季節性流感病毒一起在傳播。

