

衛生保健專欄~~~認識與預防流行性感冒與麻疹

	流行性感冒	麻疹
認識流感、麻疹	簡稱流感，是由【流感病毒】引起之急性呼吸道疾病，流感病毒分為三大類，即 A、B、C。	麻疹是由麻疹病毒所引起，具高傳染性，人類是唯一宿主與傳染窩，因此僅會人傳染人。主要是體內無麻疹抗體，例如：從未罹患麻疹且未接種麻疹疫苗者，即有可能罹患麻疹，若經罹患麻疹者，即可終生免疫。
傳染途徑：主要藉由空氣、飛沫或直接與病人的鼻腔或咽喉分泌物接觸而感染。		
症狀	急性發燒(耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$)、咳嗽、喉嚨痛、頭痛及肌肉酸痛發燒的情況，可能持續幾天到一週不等，部分病患會出現嚴重併發症病可能導致死亡。	麻疹依序會出現症狀： 1. 前驅症狀：發燒、流鼻水、結膜炎、咳嗽以及口腔內側黏膜上會出現中央部位泛白的不規則紅色小斑點，稱柯氏斑點(Koplik spots)。 2. 柯氏斑點出現 2~3 天後，會於耳後出現紅色丘疹，並擴散至整個臉部，同時再往蔓延至軀幹與四肢，並持續 4-7 天；皮疹出現後 3~4 天，會慢慢退燒，消退後的皮疹會出現淺淺的皮屑與褐色的發炎後色素沉澱，之後會逐漸淡化。
潛伏傳染期	被感染至發病這段期間即所謂潛伏期，通常 1~3 天，罹患流感成人，再發病前一至症狀出現後 3~7 天均可能會傳染給他人，小孩則可達發病後 7 天能具有傳染力。	暴露至紅疹出現潛伏期為 7-18 天，平均 14 天。麻疹在前驅症狀期至出疹後第 4 天，具有傳染性，此時應隔離病患，避免病毒藉由飛沫傳染給他人。

預防方法及注意事項：

除了接種疫苗之外，培養良好衛生及咳嗽禮儀

1. 若生病盡量在家多休息，並多喝水。
2. 咳嗽或感冒外出請戴口罩，並少摸眼口鼻。
3. 出外手帕、衛生紙隨時帶。
4. 遇見朋友時，以鞠躬或拱手替代握手。
5. 與他人交談，儘可保持一公尺以上。
6. 落實勤洗手，肥皂洗手殺菌好。
7. 減少出入人潮擁擠公共場所
8. 家中環境盡量保持通風。

【注意】請流感或麻疹篩檢陽性的教職員工生通知衛生保健組，以利追蹤並統計人數。

【流感與麻疹相關息公告來源】疾病管制局全球資訊網或雲林縣衛生局

正確洗手五步驟



學生事務處 衛生保健組關心您