



流感甲型和乙型



近期，香港的流感活躍程度正處於高水平，每周檢測出的流感病毒數目由5月5日一周內的329個上升至5月26日一周內的1,113個。當中最流行的流感病毒為佔9成多的甲型流感 (H3N2) 病毒，其次為乙型流感病毒。鑑於流感可引致嚴重的併發症，長者、幼童及長期病患者等高危人士應特別留意！

健康焦點

流行性感冒

經飛沫、直接或間接接觸病毒而傳播

丙型流感

• 只在人類引起輕微病徵，很少爆發

在香港，流感一般於每年1至3月和7、8月較為常見

甲型流感

- 最常見
- 甲型流感病毒主要感染人類
- 亦可感染其它生物
- 基因變化可引發流感大流行
- 例子：H5N1 禽流感和 H1N1 人類豬流感

乙型流感

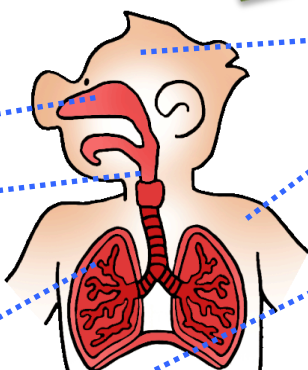
- 乙型流感病毒只感染人類
- 病毒的基因變化暫時未證實會引致流感大流行
- 病毒通常只在個別地方引起爆發

流感病徵

鼻塞、流鼻水

咳嗽、喉嚨痛

嚴重的併發症包括：支氣管炎、肺炎等



發燒、頭痛

肌肉疼痛、疲倦

有機會腹瀉或嘔吐

更多資訊

★ 想知更多有關流感的資訊？請瀏覽「香港紅十字會健康之友通訊」：

- http://www.redcross.org.hk/hcs_files/hf_news/200906.pdf 及
- http://www.redcross.org.hk/hcs_files/hf_news/HFN_Winter2009.pdf

★ 想知有關流感疫苗的資訊？請瀏覽「香港紅十字會地區伙伴健康快訊」第4期：[附件二](#)

★ 參考資料 / 有用資訊：衛生防護中心

- <http://www.chp.gov.hk/tc/content/9/24/29.html>

世界衛生組織

- <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs211/en/index.html>

伙伴協作

您還可以聯絡我們，協作更多健康推廣活動...

- 健康專題講座：各類常見的傳染病 (包括：流感、手足口病、水痘等)
- 健康教育展板借用：預防傳染病 (包括：流感、結核病、肝炎等)
- 攤位遊戲借用，題目包括：預防傳染病及家居安全
- 其他活動合作或意見，請聯絡健康教育主任何詠琪：

3103 4067

dorothy.ho@redcross.org.hk





其他有關流感的注意事項：

如發現患者出現以下情況，應立即求醫，以免耽誤病情：

- 高燒不退 (體溫 > 39.5°C)
- 持續咳嗽、喉嚨痛
- 喘鳴
- 咳血
- 痰涎轉黃綠色
- 徵狀起得急和嚴重
- 病情持久
- 整體情況突然轉壞
- 氣促
- 胸痛

預防流感：



- 注意個人衛生，保持雙手清潔，以正確方法洗手



- 打噴嚏或咳嗽時應掩著口鼻，隨後應立即洗手



- 如有呼吸道感染症狀，應戴上口罩，並及早求醫



- 將呼吸道分泌物用紙巾包好棄於垃圾箱內



- 流感高峰期間，避免到人多擠迫、空氣不流通的地方



- 按醫生的建議注射流感疫苗

在流感高峰期的清潔和消毒

- 如有流感爆發，機構應加強環境清潔和消毒次數，以防止流感蔓延。消毒環境時亦應提高漂白水的濃度(以一份家用漂白水加49份清水稀釋)
- 如物品表面被呼吸道分泌物、嘔吐物或排泄物污染，應先用吸水力強的即棄紙巾清理，再用適當的消毒劑消毒(非金屬表面可用一份家用漂白水加49份清水稀釋的消毒液；金屬表面則可使用含70%酒精的消毒劑)，待15-30分鐘後，用清水沖洗及抹乾
- 在設有洗手設施的地方，例如廁所、廚房等，應提供視液、即棄抹手紙或乾手機
- 在沒有洗手設施的地方，應提供酒精搓手液

參考資料

- 世界衛生組織：<http://www.who.int/topics/influenza/en/>
- 美國疾病控制及預防中心：<http://www.cdc.gov/flu/>
- 衛生防護中心：http://www.chp.gov.hk/tc/view_content/14843.html