

流感季來臨， 快來學習怎麼「反擊」！



撰文◎藥劑科藥師 葉卉茵

流行性感冒（流感）是一種由流感病毒引起的急性呼吸道感染，具有高度的傳染性和季節性，對公共健康造成了重大影響。

根據世界衛生組織（World Health Organization, WHO）統計資料顯示，流感的高峰期通常在每年的冬季，全球每年都有數百萬人感染，導致數十萬的重症病例和死亡。

病毒類型

流行性感冒是由不同類型的流感病毒引起，主要分為A型、B型和C型，其中A型和B型是導致流行的主要類型。流感A型病毒有多種亞型，如H1N1和H3N2，具有高變異性，能夠迅速演化，導致新型流感病毒的出現。流



感B型病毒則相對穩定，主要分為兩個系統，Yamagata系統和Victoria系統。每年接種的四價流感疫苗，則包含四種不活化病毒株，即兩種A型（H1N1及H3N2）及兩種B型（Victoria及Yamagata）。

傳播途徑

流感病毒主要通過呼吸道飛沫傳播，當感染者咳嗽、打噴嚏或說話時，病毒會隨著飛沫擴散到空氣中。病毒也可以通過接觸被汙染的物體表面（如門把手、桌面）進入人體，因此預防流感要維持良好的衛生習慣、勤洗手、戴口罩及避免碰觸眼口鼻。

高危險族群

某些族群更容易受到流感的影響，包括：

- 老年人：免疫系統較弱，容易發生併發症。
- 孕婦：罹患流感之後有較高的住院率及死亡率，且其風險會隨妊娠週數的增加而上升。
- 慢性病患者：如心臟病、糖尿病和肺部疾病患者，感染後可能導致病情惡化。
- 兒童：特別是未接種疫苗的兒童，容易感染和傳播流感。

症狀與併發症

流感的主要症狀，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、肌肉疼痛、全身無力、頭痛、噁心或腹瀉（在兒童中較常見）等。與一般感冒多為呼吸道症狀不同，流感會有比較嚴重的全身性症狀，且其症狀通常需要較長時間（1-2週）才能緩解。

健康成人罹患流感通常是可以自行痊癒的，但對於高危險族群則可能導致嚴重併發症，如肺炎、心肌炎和急性呼吸窘迫綜合症，甚至死亡。因此，高危險族群罹病時，得到即時的診斷和治療至關重要，同時也建議在流行季節前施打疫苗來預防感染。

治療藥物

流行性感冒的治療，主要依賴抗病毒藥物和症狀治療。

抗病毒藥物

抗病毒藥物可以幫助縮短流感病程和減少併發症的風險，在症狀出現後四十八小時內開始使用效果最好。

一、克流感／易剋冒口服膠囊

（Tamiflu®/Eraflu®；Oseltamivir）

適用對象：一個月大以上兒童及成人。

用法：一天兩次，連續服用五天。

副作用：主要是噁心、嘔吐、腹瀉等腸胃不適。

※衛生福利部提供公費藥物，並依疫情適時調整適用的族群。若不符合公費條件者，需自費。

二、瑞樂沙旋達碟

（Relenza®；Zanamivir）

適用對象：五歲以上兒童及成人。

用法：粉末吸入劑。一天兩次，連續使用五天。適合吞嚥困難或無法口服的病人，但需使用吸入器，操作比較複雜。



副作用：可能會引起喉嚨刺激和咳嗽，不適合有嚴重哮喘或慢性呼吸道疾病的病人。

※衛生福利部提供公費藥物，並依疫情適時調整適用的族群。使用需符合公費條件，無法自費取得。

三、瑞貝塔點滴靜脈注射液 (Rapiacta®; Peramivir)

適用對象：一個月大以上
兒童及成人。

用法：單次十五分鐘以上的靜脈輸注。適合重症或無法口服的病人，且單次注射即可。

副作用：主要是腹瀉，其他可能會有過敏反應和噁心、嘔吐等。

※衛生福利部提供公費藥物。若不符合公費條件者，需自費。

四、紓伏效膜衣錠

(Xofluza®; Baloxavir)

適用對象：五歲以上且體重
二十公斤以上兒童及成人。

用法：單次口服兩顆，八十公斤以上單次口服四顆。使用方便，口服一次即可。

副作用：腸胃道副作用較「克流感／易剋冒口服膠囊」輕微，最主要是腹瀉，其他可能會有過敏反應和噁心、嘔吐等。

注意事項：服藥時需注意避免和乳製品、高鈣飲品、制酸劑（胃藥、胃乳）或口服鈣、鐵、鎂、硒或鋅補充劑（如綜合維他命）一起服用。如需同時使用，應間隔兩小時以上。



※目前只能自費使用。

症狀治療藥物

儘管這些藥物可以緩解症狀，但不會直接影響病毒的複製，症狀解除後即可停藥。

- 一、退燒止痛藥：如乙醯胺酚 (Acetaminophen) 或布洛芬 (Ibuprofen) 等可以用來緩解發燒和疼痛。
- 二、抗組織胺藥：如艾來 (Fexofenadine)、暢寧錠／勝克敏液 (Cetirizine) 等可緩解鼻塞和流鼻涕。
- 三、止咳藥：如福得可錠／愛舒可羅膜衣錠 (Dextromethorphan) 等可用於緩解咳嗽。

疫苗

流感疫苗是預防流行性感冒最有效的方法。由於流感病毒變異迅速，每年需要重新調整疫苗成分，以針對當季最常見的病毒株。流感的高峰期通常在每年的冬季，因此每年秋季是接種流感疫苗的最佳時機，尤其是兒童、老年人、孕婦和慢性病人等高危險族群，提前接種可以增強對流感的免疫力。

結論

流行性感冒是一種具有高度傳染性的疾病，對公共健康構成威脅。通過瞭解流感的流行病學、維持良好衛生習慣、定期接種疫苗，必要時盡速服用治療藥物，可以有效降低感染風險及減少併發症的發生。

