

1. 新型流感介紹及防護
2. 額溫槍介紹
3. 口罩正確使用
4. 漂白水正確稀釋

苗栗市衛生所 醫事檢驗師

李秋華

H1N1 認識

- H1N1 新型流感(豬流感)原是一種於豬隻中感染的疾病，屬於A 型流感病毒，常見病毒為H1N1、H1N2、H3N1 與H3N2。

流感病毒特性 -1

- 三種型別: A, B, and C
 - ◆ A型流感病毒可再依表面抗原分為次分型
 - 血球凝集素 hemagglutinin (H)
 - 神經胺酸酶 neuraminidase (N)
 - 鳥類, 豬, 馬及人類均可感染A型流感病毒

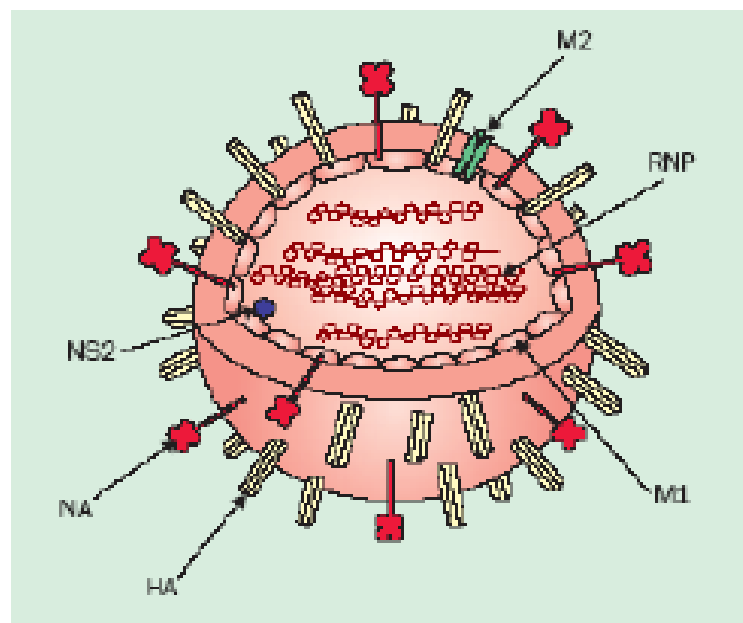


Figure 1: Schematic representation of influenza A virion
Eight ribonucleoprotein segments (RNP) are surrounded by layer of matrix (M1) protein and lipid bilayer taken from host cell at budding. NS2 (NEP) protein is associated with M1. Three viral proteins are incorporated into the lipid bilayer: HA, NA, and M2 protein. HA trimers and NA tetramers form spikes on the surface of the virion. RNP segments contain viral RNA surrounded by nucleoprotein and associated with the polymerase complex.

流感病毒

- Type A & B → epidemics of disease
- Type C → 症狀輕，不會大流行
- 疫苗（含Type A & B 不活化病毒）：
無法預防C型流感
- A型：人、鴨、雞、火雞、豬、馬、鯨、海豹
- B型：人
- C型：人、豬



H1N1

新型流感感染演變過程

病毒洗牌過程

1 禽鳥的流感病毒進入豬體內



2 人類的流感病毒進入豬體內



4 演變成新病毒，傳播到人身上



3 加上豬本身有流感，三種病毒洗牌



H1N1 流感傳染方式

- 主要是透過飛沫傳染與接觸傳染
- 一般成人在症狀出現前1天到發病後7天均有傳染性

人流感病毒

- 傳染途徑
 - 飛沫傳染(1公尺以內)
 - 接觸傳染
- 季節：冬季持續**3**個月
- 傳染力：發病前**24**小時
發病後**7**天均有傳染力
- 潛伏期：**1-3**天



感染H1N1 新型流感會出現哪些徵狀？

- 人類感染H1N1 新型流感症狀與季節性流感類似，包括發燒、咳嗽、喉嚨痛、全身酸痛、頭痛、寒顫與疲勞，有些病例出現腹瀉、嘔吐症狀，部分病例出現流鼻涕等症狀。

流感怎麼感染？

- 主要在密閉空間中經由飛沫傳播，但由於流感病毒可在寒冷、低溼度的環境中存活數小時，所以也可能經由接觸傳染。
 -

✿ 公費流感疫苗於10月1日起開打

✿ 流感與一般感冒的差別

f 健康九九粉絲專頁

項目	流感	一般感冒
病原體	流感病毒	呼吸道融合病毒、腺病毒等
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀
發病速度	突發性	突發 / 漸進性
臨床症狀	喉嚨痛、倦怠、肌痠痛	喉嚨痛、噴嚏、鼻塞
發燒	高燒 3-4 天	發燒 1-3 天
病情	嚴重、無法工作 / 上課	較輕微
病程	約 1-2 週	約 2-5 天
併發症	肺炎、神經症狀 (雷氏症)	少見 (中耳炎或其他)
流行期間	冬季多	春秋冬季
傳染性	高傳染性	傳染性不一

感冒vs.類流感、流感



感冒

症狀

- 咳嗽
- 喉嚨痛
- 流鼻涕
- 輕微發燒
(不一定有)

病程

休養 2 天逐漸好轉，約一周痊癒

危險徵兆

無

類流感症候群 (病毒未檢驗)

- 咳嗽
- 喉嚨痛
- 發燒逾38度
- 頭痛

高燒、全身痠痛、疲憊感，休養 2 天未好轉

呼吸困難、急、臉色發紫、痰或痰液變濃胸痛、意識改

新型流行性感 冒採檢條件

有以下二類採檢條件任一：

- 一、需同時符合下述臨床症狀及流行病學相關條件：
- A. 臨床症狀：（下列三者之一）
 - 1. 符合類流感病例通報定義*。
 - 2. 胸部X光片顯示肺炎者。
 - 3. 結膜炎症狀。

*類流感病例通報定義（需同時符合下列三項條件）：

- a. 突然發病，有發燒（耳溫 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ）及呼吸道症狀；
- b. 具有肌肉酸痛、頭痛、極度倦怠感其中一種症狀者；
- c. 需排除單純性流鼻水、扁桃腺炎與支氣管炎。

H1N1 新型流感有沒有治療藥物？

- 目前克流感 (Tamiflu) 及瑞樂沙 (Relenza) 均可用於治療 H1N1 新型流感，但使用抗病毒藥劑前仍應由醫師評估。

治療

- Amantadine 及 Rimantadine
只能治療及預防A型流感
(H5N1禽流感病毒已有抗藥性)
- Oseltamivir (Tamiflu 克流感)
對A型及B型預防和治療均有效
(但要發病48小時內服用)

Tamiflu 克流感

- 治療
1# (75mg) Bid × 5 天

抗流感病毒藥劑



H1N1 流感疫情

- 9成5以上流感重症患者未接種疫苗；
目前國內未檢出抗藥性病毒株，及早使用流感抗病毒藥劑以有效降低重症發生（ 2016-02-23 ）

- 節降生儘用癒。春下衛罩使痊於漸道口示於情逐吸上指請疫已呼戴師並感現及應醫，流，部，依劑，季後手狀請藥。本峰強症時毒學，高加感要病上示最必流必抗、表到務類，感班署達眾現醫流上管右民出就費再疾左請如速公後

- 依據監測資料顯示，（2月16日至2月22日）新增320例流感併發重症病例；
- 另上週有14例經審查與流感相關死亡病例，死亡病例年齡介於4至85歲，9男5女，均未接種流感疫苗，其中12例有慢性病史。

- 自去年7月1日流感季至今，國內累計1109例流感併發重症確定病例，84例死亡，高達**九成六重症患者未接種流感疫苗**。今年流感疫苗保護力達到7至9成，疾管署呼籲老人、幼童等高風險族群接種疫苗，民眾應落實手部衛生、生病不上班不上課防範流感。

H1N1 流感病徵

- 人類感染H1N1新型流感症狀與季節性流感類似，根據美國疾病管制局的統計，感染 H1N1新型流感90%出現發燒，84%咳嗽、61%喉嚨痛的季節性流行性感冒症狀。但約 25%會嘔吐或腹瀉（非季節性流感的症狀）。而且新型流感病毒可能由咳嗽或打噴嚏之飛沫傳播，也可以由握手或接觸而傳播。

H1N1 危險徵兆

- 65歲以上長者、嬰幼兒、高風險慢性病患及孕婦等，為易發生流感併發重症的高危險群，應多加留意，如出現呼吸困難、急促、發紺（缺氧）、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變、低血壓等流感危險徵兆應儘速就醫，以掌握治療的黃金時間；另請醫師提高警覺，善用公費流感抗病毒藥劑，減少疾病傳播及重症與死亡的發生。

如果出現H1N1 新型流感相關症狀 應該怎麼做？

- 如出現發燒、咳嗽、流鼻水、打噴嚏、肌肉酸痛、頭痛或極度倦怠感等類流感症狀，應立即配戴口罩就醫，並告知醫師相關病史、工作史、禽畜接觸史及旅遊史；如醫師經臨床診斷認為符合H1N1流感調查病例之條件，將依規定向衛生單位通報，並於採檢後視醫療評估結果提供流感抗病毒藥劑及相關治療。



個人平時預防措施：

- (一) 遠離感染來源：避免前往人潮聚集處及至醫院探訪病人。
- (二) 注意個人衛生：養成勤洗手的習慣。若無法洗手時，可以
- 使用含酒精（60%以上）的乾洗手液。
- (三) 注意個人保健：規律運動、均衡飲食。

有發燒等類似H1N1 新型流感症狀者需

- (一) 有咳嗽等呼吸道症狀時應戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物
- 時，應立即更換並丟進垃圾桶。
- (二) 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，若無面紙或手帕時，可用衣袖代替。
- (三) 如有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持1 公尺以上距離。

- (四) 手部接觸到呼吸道分泌物時，要立即澈底清潔雙手。
- (五) 生病時應在家休息，除就醫外，儘量避免外出

- 由於病毒變異大，每年均不同
故每年均要接種
- 對不同抗原型病毒，無有效保護力
- 懷孕前3個月，不宜接種疫苗
- 不符合年紀民眾，可自費施打流感

疾管署推估流感重症趨勢，積極因應 流感疫情(2016-03-08)

- 疾病管制署統計，國內流感併發重症通報數自2月22日達到高峰後，通報數緩慢下降，已過感染高峰期
- 儘管感染高峰期已過，但受到疾病病程影響，上週新增314例流感併發重症確定病例，死亡新增37例，自去年7月1日流感季以來累計1,423例重症，121例死亡。

- 目前社區仍以流行**H1N1**為主，但**B**型流感有上升趨勢，研判會延緩輕症下降趨勢，但對重症及死亡衝擊小。
- 美國估計每年流感季流感相關死亡人數約**3,000**到**49,000**人，疾管署依相同方式預估，國內每年流感季約有**1,000**至**2,200**人死於流感相關疾病。至於有關今年流感重症死亡，預估至今年**3**月底累積流感重症個案數約為**1,800**至**1,900**人，死亡數約為**230**至**290**人。

國內疫情總結國內疫情總結：2016年 第9週（2016年2月28日至2016年3月 5

- 目前整體疫情緩降。近期流行病毒株仍以A型H1N1為主，且與疫苗株相近，惟B型比例有上升趨勢，將延緩輕症下降趨勢，但對重及死亡衝擊延緩輕症下降趨勢，但對重及死亡衝擊有限。本季。本季未檢出抗藥性病毒

- 2016年第7週社區流感病毒陽性率為**39.3%**，檢出陽性檢體中以**H1N1**型為主，**B**型比例出現上升趨勢
- 2016年第9週新增**314**例流感併發重症確定病，新增**37**例經審查與流感相關經審查與流感相關死亡病例。自**2015年7月1**日起累計**1663**例流感併發重症病例，**121**例流感併發重症死亡比例。
- 2016年第9週門急診類流感就病例百分比診類流感就病例百分比，較前一週下降。

苗栗縣類流感疑似校園群聚感染之研判及標準

- 一、高度懷疑類流感的基本條件：
- 建議篩檢
- (1)： A+B (其中一項症狀) +C (其中一項症狀) } 建議篩檢
- 符合左列其中一項即高度懷疑類流感
- 研判標準：
- (2)： A+B (其中一項症狀)
- (3)： A+C (其中一項症狀)
- (4)： B (其中一項症狀)+ C (其中一項症狀) } 符合左列其中一項
即高度懷疑類流感
- 備註：
- A、發高燒
- B、呼吸道症狀：咳嗽、喉嚨痛、呼吸喘
- C、全身症狀：肌肉酸痛、頭痛、極度倦怠感

流感高峰期已過，病毒並未變異且疫苗仍具保護力，專家建議**不訂定**停課標準（2016-03-01）

- 疾病管制署今日召開流感防治諮詢會議討論流感停課標準，由於流感疫情逐漸降溫，病毒並未變異且疫苗仍具保護力，專家一致決議不需訂定全國停課標準，但各級學校應落實生病不上課，並加強疫苗接種及衛生教育。

苗栗縣建議校園預防類流感群聚之停課標準：

- 1. 同一班級、近3天經醫師已診斷為流感的個案2位(含)以上，即建議停課5天(含例假日)，簡稱「325標準」(以班為單位)。
- 2. 請校方及教育處決定

額溫槍測量方法

- **【測量方法】** 非侵襲性，必須先做室溫校正，測量者必須在休息狀態下，額頭保持乾燥。
- 量測距離約3-5cm距離為適當
- **【影響因素】** 運動後，額頭是否乾燥，室溫都會影響測量的準確性。

口罩正確使用



1. 綠色面朝外



2. 將壓條依鼻樑摺出記號



3. 鼻樑壓條應緊貼面部線條



4. 兩側綁線應固定于頭部



5. 口罩應完全覆蓋于口鼻至下巴



PS 佔用潮濕後即重更換

漂白水稀釋方法

1. 擦拭桌面及物品表面用200ppm 4瓶寶特瓶的水加約一湯匙的漂白水
2. 牆壁、地面、馬桶等較髒污處，或嘔吐物之處處理500ppm 4瓶寶特瓶的水加約二到三湯匙的漂白水

500PPM漂白水泡製圖解

- 100c.c漂白水倒入含10公升清水之水桶中

免洗湯匙5瓢(1瓢=100cc)



↓ 倒入10公升水桶中



你知道咳嗽者 的安全距離是多少？

每咳嗽一次，可噴出 2萬個病毒，

影響範圍長達約 **1公尺**

危險範圍

安全範圍

廣告

流感病毒傳播快速，有咳嗽症狀，戴口罩速就醫

 衛生福利部疾病管制署
TAIWAN CDC



Atchoooooo!

如何預防流感？

- 每年定期接種流感疫苗。
- 維持良好的個人及環境衛生。
- 保持雙手清潔，並用正確方法洗手。
- 雙手被呼吸系統分泌物弄髒後（如打噴嚏後）應立即洗手。
- 打噴嚏或咳嗽時應掩住口鼻，並妥善清理口鼻排出的分泌物。
- 增強抵抗力有助預防感染流感。
- 均衡飲食、適量運動、充足休息，避免過度緊張和吸菸。
- 在流感高峰期，避免前往人多擁擠、空氣流通情況欠佳的公眾場所。

預防流感不困難喔!!



20060514
by dokidoki



● 謝謝聆聽