健康中心

流感、感冒大不同

掌握對抗流感 6 要訣並警覺危險徵兆

臺北市政府衛生局提醒，65歲以上長者、嬰幼兒、孕婦及慢性病病人屬於流感的高危險族群，若民眾出現「一燒（發燒）」、「二痛（頭痛、明顯肌肉痠痛）」、「三疲倦」時就可能是感染流感，應佩戴口罩儘速就醫，由醫師評估使用抗病毒藥劑或症狀治療。

目前北市有 304 家公費流感抗病毒藥劑合約醫療院所，庫存共 4 萬 3,000 份，可充分供應本次流感季所需。

因應流感流行期，衛生福利部疾病管制署已公布至今（114）年 2 月 28 日止，擴大公費流感抗病毒藥劑使用條件，如家人、同事或同班同學有類流感症狀者，可經醫師評估後使用公費流感抗病毒藥劑。

有關流感疫苗接種資訊、流感抗病毒藥劑合約醫療院所清單及防治資訊，可於北市衛生局官網/主題專區/傳染病預防/流感疫苗專區及流感防治專區查詢。

感染流感要注意有無危險徵兆，包括呼吸急促、呼吸困難、發紺（缺氧、嘴唇發紫或變藍）、血痰、胸痛、意識改變、低血壓等；另由於嬰幼兒無法表達身體的不適症狀，建議可以觀察寶寶有無呼吸急促或困難、意識改變、不容易喚醒及活動力低下等情形。如已出現危險徵兆，應儘速至大醫院就診，以掌握治療的黃金時間。

流感 危險徵兆

流感的危險徵兆

呼吸急促、呼吸困難、發紺（缺氧、嘴唇發紫或變藍）、血痰、胸痛、意識改變、低血壓

嬰幼兒危險徵兆

由於嬰幼兒無法表達身體的不適症狀，建議可以觀察寶寶有無呼吸急促或困難、意識改變、不容易喚醒及活動力低下，做為判斷危險徵兆的重要指標

出現危險徵兆怎麼做？

應儘速轉診至大醫院就診，掌握治療的黃金時間

北市衛生局建議，對抗流感要掌握 6 要訣，就能降低感染流感的風險：

1. 要用肥皂勤洗手、咳嗽戴口罩等生活好習慣。
2. 要保持室內空氣流通，防範病毒傳播。
3. 要儘早施打流感疫苗。
4. 要警覺流感症狀，及早就近就醫治療。
5. 生病要按醫囑服藥多休息，不上班不上課。
6. 危險徵兆要儘快就醫，掌握治療黃金時間。

一般感冒、流感 比一比

	感冒	流感
病程	2-5天	7-14天
傳染性	不一	★★高傳染性
症狀	較輕微 喉嚨痛、打噴嚏、鼻塞、流鼻水	發燒、咳嗽、倦怠、頭痛、喉嚨痛、肌肉痠痛、流鼻水等
併發症	少見 (中耳炎或肺炎)	肺炎、腦炎、心肌炎及其他嚴重之繼發性感染或神經系統疾病等
治療方法	支持性療法(症狀治療)	抗病毒藥劑及支持性療法(症狀治療)

對抗流感掌握 6 要訣

- 1 要用肥皂勤洗手、咳嗽戴口罩等生活好習慣
- 2 要保持室內空氣流通，防範病毒傳播
- 3 要儘早施打流感疫苗
- 4 要警覺流感症狀，及早就近醫治療
- 5 生病要按醫囑服藥多休息，不上班不上課
- 6 危險徵兆要儘快就醫，掌握治療黃金時間

資料來源：臺北市政府衛生局 2025/02/04 新聞稿