

# 以護理師觀點：如何與民眾溝通 流感施打的重要性與好處

亞東紀念醫院

李明玲 感管師

# 資料來源~CDC官網公開資料

## CDC「流感併發重症」核心教材

專題 預防接種 國際旅遊與健康

疾病介紹 > 第四類法定傳染病 > 流感併發重症 > 重要指引及教材

### 重要指引及教材

- 集會活動之流感群聚防治指引
- 季節性流感防治工作手冊
- 流感併發重症傳染病防治工作手冊
- 傳染病病例定義暨防疫檢體採檢送驗事項
- 「流感併發重症」核心教材

### 附件

- 核心教材-流感併發重症\_1101115.pdf
- 核心教材-流感併發重症\_1101115.pptx

## 衛生福利部疾病管制署 Taiwan Centers for Disease Control

關於CDC 傳染病與防疫專題 預防接種 國際旅遊與健康

首頁 > 預防接種 > 疫苗資訊 > 疫苗區Q&A > 季節性流感疫苗Q&A

### 季節性流感疫苗Q&A

- 疫苗接種計畫篇
- 疫苗安全及接種篇
- 疫苗保護力篇
- 接種地點、證件及費用篇
- 成人及長者接種篇
- 幼兒接種篇
- 學生接種篇
- 孕婦/6個月內嬰兒之父母篇
- 具有潛在疾病病人篇
- 幼兒園托育人員及托育機構專業人員篇

# 前言~與民眾溝通衛教前，先了解

- 流感疾病流行病學變化→為什麼每年都要打疫苗
- 傳播方式/傳染期→大家都可能到流感
- 臨床症狀與併發重症→高危險群要注意
- 個人防護→打完疫苗小叮嚀

# 流感併發重症

## (Influenza case with severe complications)

---

衛生福利部疾病管制署

2021年11月

# 流感

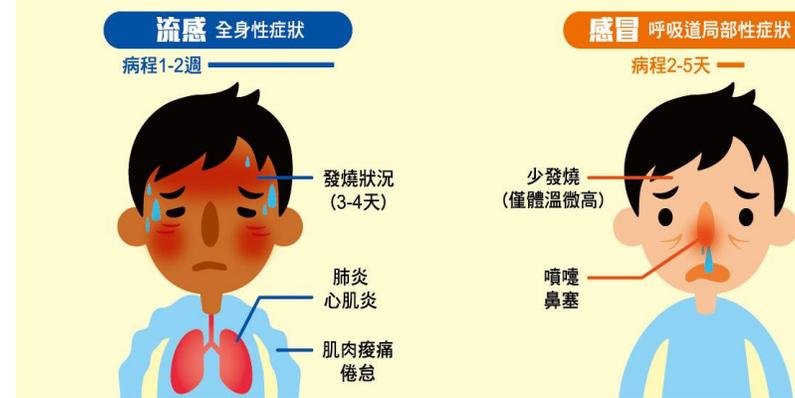
## 流感是什麼



- 流感是一種急性病毒性呼吸道疾病
- 致病原為流感病毒
- **每年**發生季節性流行
- 流行期間內，**爆發快**，**散播範圍廣泛**
- 以北半球而言，好發於秋、冬兩季，約在每年**11**月至隔年**3**月期間流行
- 可能出現**嚴重併發症**，常以細菌性及病毒性肺炎表現，多見於**65**歲以上長者、嬰幼童及慢性疾病患者
- 可依流行程度引起全球大流行、季節性流行、散發病例

# 流感v.s. 感冒

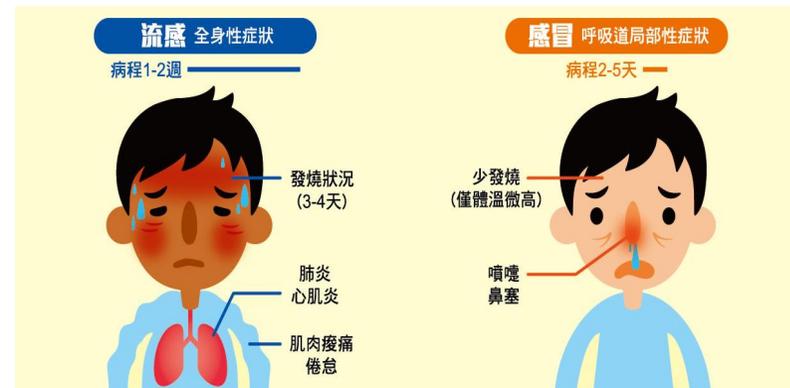
## 流感不是感冒 1/2



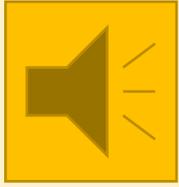
	流感 (Influenza)	感冒 (Common Cold)
致病原	流感病毒	其他許多病毒(鼻病毒、呼吸道融合病毒、腺病毒等)
影響範圍	全身性	呼吸道局部症狀為主
發病速度	突發性	突發/漸進性
主要臨床症狀	嚴重★★★ 發燒、咳嗽、頭痛、肌肉酸痛、疲倦、流鼻水、喉嚨痛	症狀較輕微 喉嚨痛、打噴嚏、鼻塞、流鼻水
發燒	高燒 <b>3-4</b> 天	少發燒，僅體溫些微升高

# 流感v.s. 感冒

## 流感不是感冒 2/2



	流感 (Influenza)	感冒 (Common Cold)
病程	1-2週	約2-5天
傳染途徑	飛沫傳染；接觸傳染	飛沫傳染；接觸傳染
傳染性	高傳染性★★★	傳染性不一
併發症	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	少見(中耳炎或肺炎)
治療方法	抗病毒藥劑及支持性療法	支持性療法
預防方法	勤洗手、注重呼吸道衛生及咳嗽禮節	勤洗手、注重呼吸道衛生及咳嗽禮節
疫苗	季節性流感疫苗	無



# 接種完流感疫苗就生病

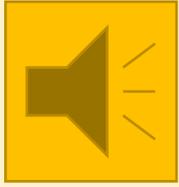
- 流感疫苗是不活化疫苗，接種後不會造成感染流感。
- 最常見的接種副作用是手臂痠痛、腫脹，只有1-2%會發燒，只是身體對疫苗的反應。



## 接種完疫苗就生病？

接種完1-2天後可能出現輕微感冒症狀，是身體正在產生抗體導致的免疫反應，多休息即可恢復

- 接種流感疫苗後**48**小時內如果發燒反應，應告知醫師曾經接種過流感疫苗，作為診斷參考。
- 如果接種**48**小時後持續發燒，可能是另有其他感染或引起發燒的原因。



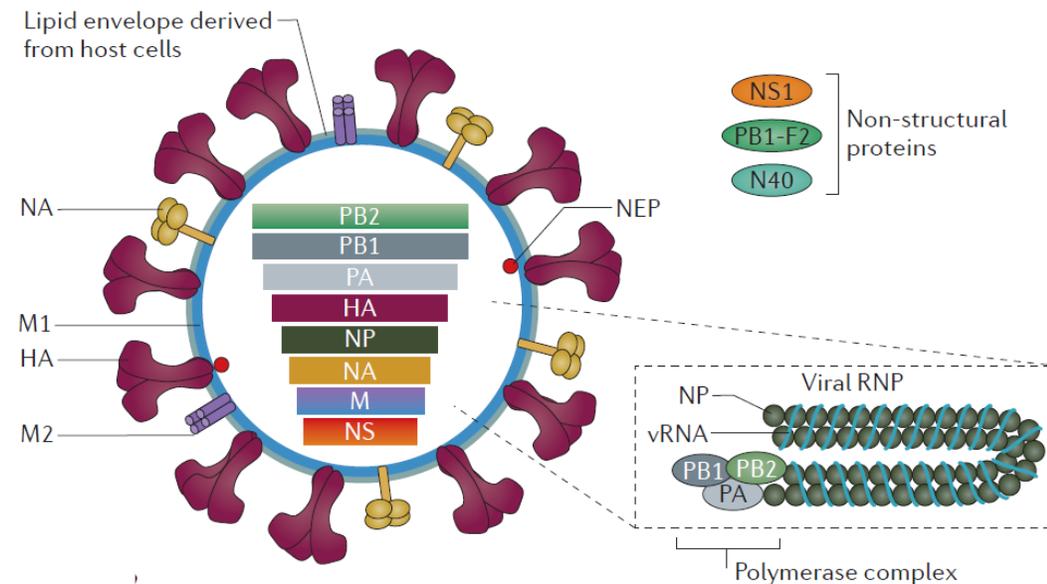
# 流感疫苗不會害你得流感

- 接種流感疫苗還是會普通感冒。
- 普通感冒的致病原是多達數百種不同的病毒，流感則是由流感病毒引起的急性呼吸道傳染病，兩者並不相同，因此流感疫苗並不能預防感冒；
- 個人接種流感疫苗後產生之保護效果亦有個別差異，故少數人也有可能在保護力不足的情形下感染流感。

# 流感病毒

## 流感病毒介紹

- 流感病毒（Influenza virus）
  - 屬正黏液病毒科（orthomyxoviridae）
  - 分為A型、B型、C型及D型
    - 依NP及M蛋白分型
  - 外套膜含有2種醣蛋白
    - 紅血球凝集素（hemagglutinin：HA）
    - 神經胺酸酶（neuraminidase：NA）
  - A型病毒再依據不同的HA及NA區分亞型



圖片來源：Nature Reviews Microbiology 9, 590-603 (August 2011)

## 流感病毒的變異

- 流感病毒的抗原變異主要分為下列二種

- 抗原微變(Antigenic drift)：

- 連續變異
- 與地區性流行有關
- HA(H1-18)或NA(N1-11)基因突變

- 抗原移型(Antigenic shift)：

- 不連續變異
- 不同病毒株引發的基因重組, 不常發生
- 與全球大流行有關

- 新型流感病毒株則是由突變和基因重組 (Reassortment) 產生





# 每年施打流感疫苗，提升身體的保護力

- 由於流感病毒極易產生變異，幾乎每年流行的病毒株都會稍有不同，原施打疫苗對不同抗原型之病毒保護效果減低，即使病毒未發生變異，疫苗成分相同，接種4-6個月後保護效果即可能下降，保護力一般不超過1年，因此建議每年均須接種1次，是全球一致性的作法。
- 流感疫苗所包含之病毒株僅包含目前最常流行之病毒型別，加以病毒易突變特性，故於接種流感疫苗後，仍有可能感染其他型別流感。



# 接種流感疫苗的保護效果如何？

- 根據國外文獻，流感疫苗之保護力因年齡或身體狀況不同而異，平均約可達**30-80%**。
- 對**18歲**以上成人因確診流感而住院的保護力約有**41%**，入住加護病房的**流感重症**保護力則可達**82%**。
- (疫苗保護效果亦需視當年疫苗株與實際流行的病毒株型別是否相符)





# 接種的疫苗與社區病毒株不吻合時，保護效果如何？ 還有30-50%保護

- 依國際文獻指出~  
當疫苗株吻合時保護力約為40-60%，  
疫苗株不吻合時平均估計保護力約為30-50%。
- 因此，即使流感疫苗株與流行型別不吻合，接種流感疫苗仍能提供一定程度的保護力。

## 全球流行情形

- 每年併發重症人數約300~500萬
- 每年死亡人數約29~65萬人，多數死亡者為65歲以上長者
- 流感流行期間，二次侵襲率(Secondary attack rate)約10-20%，在人口稠密如學校及安養中心等處，或嬰幼兒、病患等族群，可達到40-50%以上
- 主要流行病毒型別為A、B兩型，其中A型又以H1N1及H3N2兩亞型為主，B型依抗原性分為B/Yamagata及B/Victoria兩個種系(lineage)

資料來源:

1.WHO. The world health report 2007 : a safer future : global public health security in the 21st century. WHO; 2007: 45-48.

2.WHO. Influenza (Seasonal). Available at:<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs211/en/>

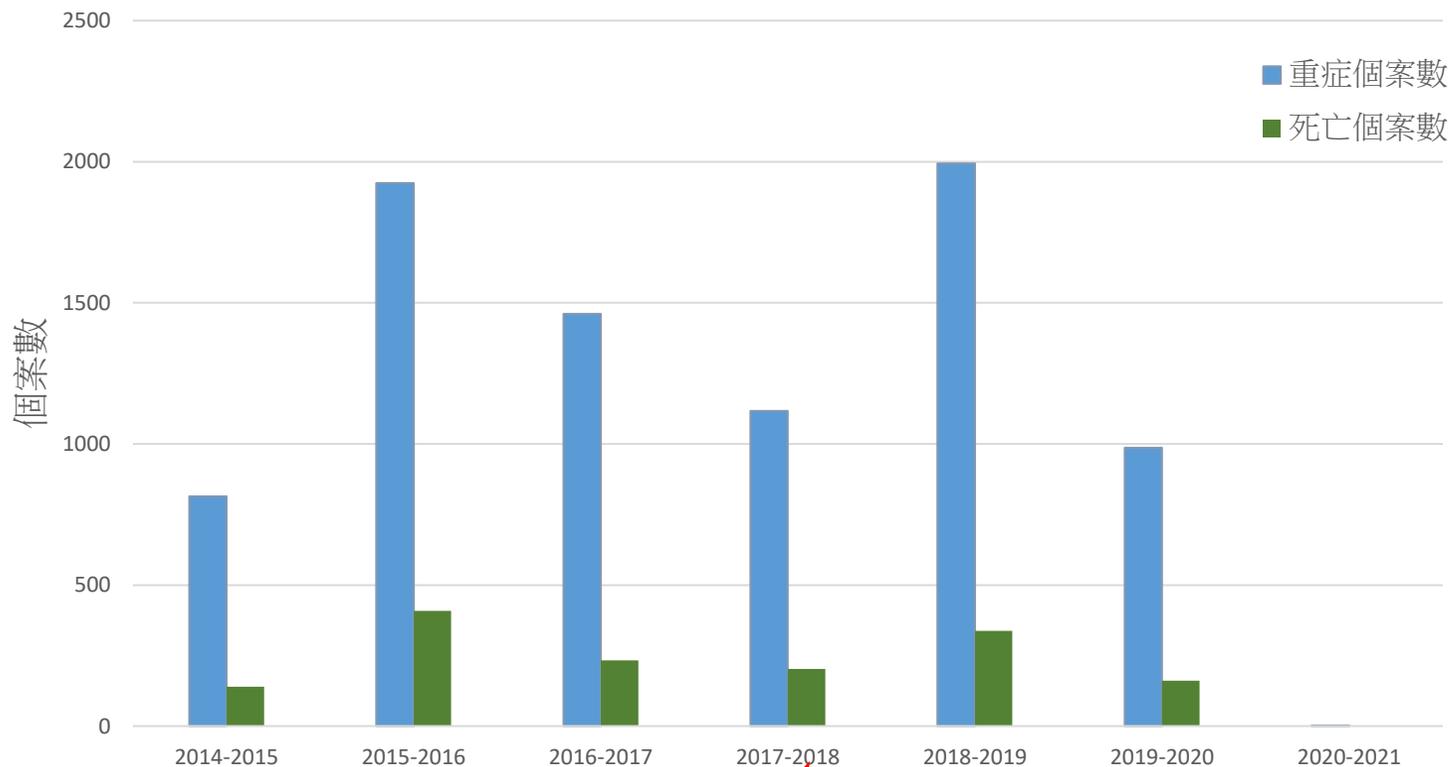
## 台灣流行情形

- 流行約自**11月**開始，於**12月至隔年3月**達到流行高峰
- 主要流行病毒型別與全球相同，可能為 **A/H3N2**、**A/H1N1**、**B/Yamagata**、**B/Victoria**任一或共同流行
- 以**2011年至2020年**台灣健保資料庫之次級資料及疾病管制署傳染病通報系統估算
  - 每年約有 **12-14%**的人因肺炎或流感而就醫
  - 門診就醫之流感病患中，約有**0.6%**需住院治療，其中約**8%**的病患需住加護病房治療；流感併發重症個案中，流感相關死亡率約為**2成5**

資料來源

1. 疾病管制署健保IC卡資料庫次級資料2011年至2020年肺炎或流感門診及住院就診人次分析(未歸人)
2. 疾病管制署傳染病通報系統2011年至2020年流感併發重症確定病例統計

## 重症統計資料

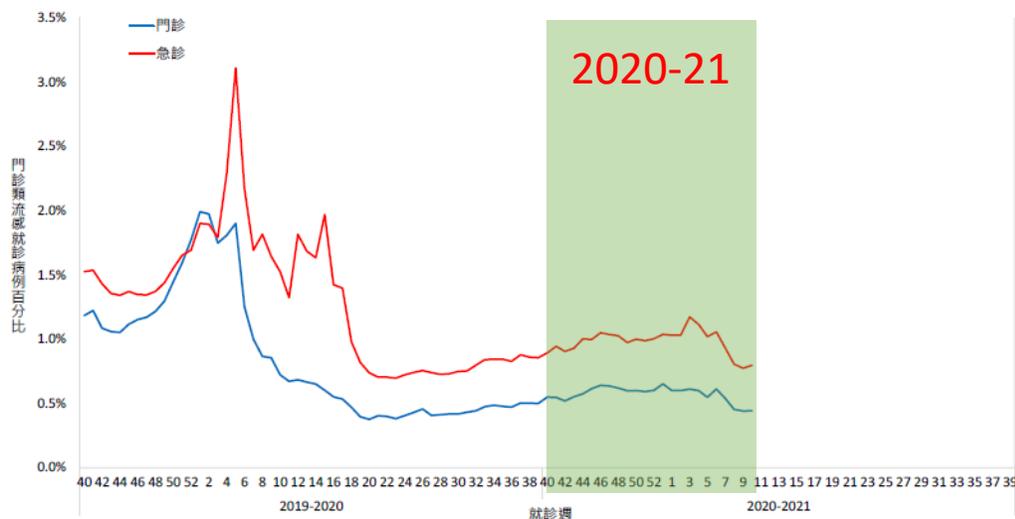


死亡個案逾八成未接種當季流感疫苗

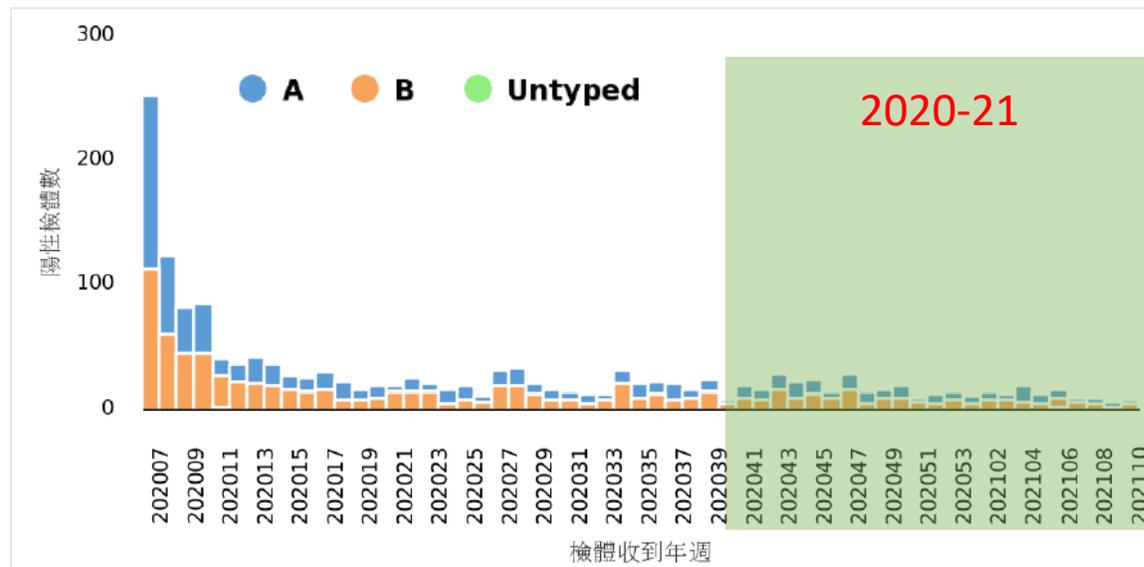
## 2020-2021流感季

- 受COVID-19疫情影響，全球與台灣流感均呈現低度流行
- 門急診類流感就診百分比、檢驗陽性數與重症數未見往年高峰

門診及急診類流感就診病例百分比



流感陽性件數趨勢 Taiwan CDC 2021 (LARS)



資料來源: 流感速訊2021年第10週(2021\_03\_07-2021\_03\_13)



## 受COVID-19疫情影響，全球與台灣流感均呈現低度流行

- 台灣歷年來流感疫情多自11月下旬開始升溫，於年底至翌年年初達到高峰，一般持續至農曆春節，於2、3月後趨於平緩，且接種疫苗後需一段時間產生保護力
- 建議高風險及高傳播族群，應於10月流感疫苗開打後，儘早接種疫苗，讓整個流感季均有疫苗保護力。



## COVID-19疫情期間~打疫苗更重要~

- 在這新冠疫情影响变幻莫测的时候，呼吸道传染病的防治格外重要，注射新冠肺炎疫苗、流感疫苗等，都是提升整体保护力重要环节。
- 两种疫苗都是不活化疫苗，没有先后顺序的问题，哪一种先打都不会影响疫苗效力。
- 今年卫福部建议:同时,不同部位或间隔任何时间
- 不管接种哪一种疫苗、哪个厂牌，每个人施打前都必须接受医师的评估，包括和医师讨论自己的过敏史、慢性病和免疫疾病控制状况等，若医师评估适合施打，就不必担心两种疫苗的交互作用。

# 疾病概述

## 流感特徵

### 傳播方式

- 飛沫傳染
- 接觸傳染

### 可傳染期

- 發病前即有傳染力，持續症狀出現後3~5天
- 兒童及免疫不全者可長達數週或數月

### 併發症 高危險族群

- 65歲以上長者、嬰幼兒、孕婦
- 具慢性疾病患者(含BMI $\geq$ 30者)
- 免疫功能不全者

人人都可能得流感



# 發病前即有傳染力

- 從開始感覺不舒服的**前1天**持續症狀**出現後3~5天**，都具有流感傳染力。所以打流感疫苗有助**保護你的家人、朋友和同事**。
- 沒有人喜歡當那個散播流感的人，但每個人都是被別人傳染的。

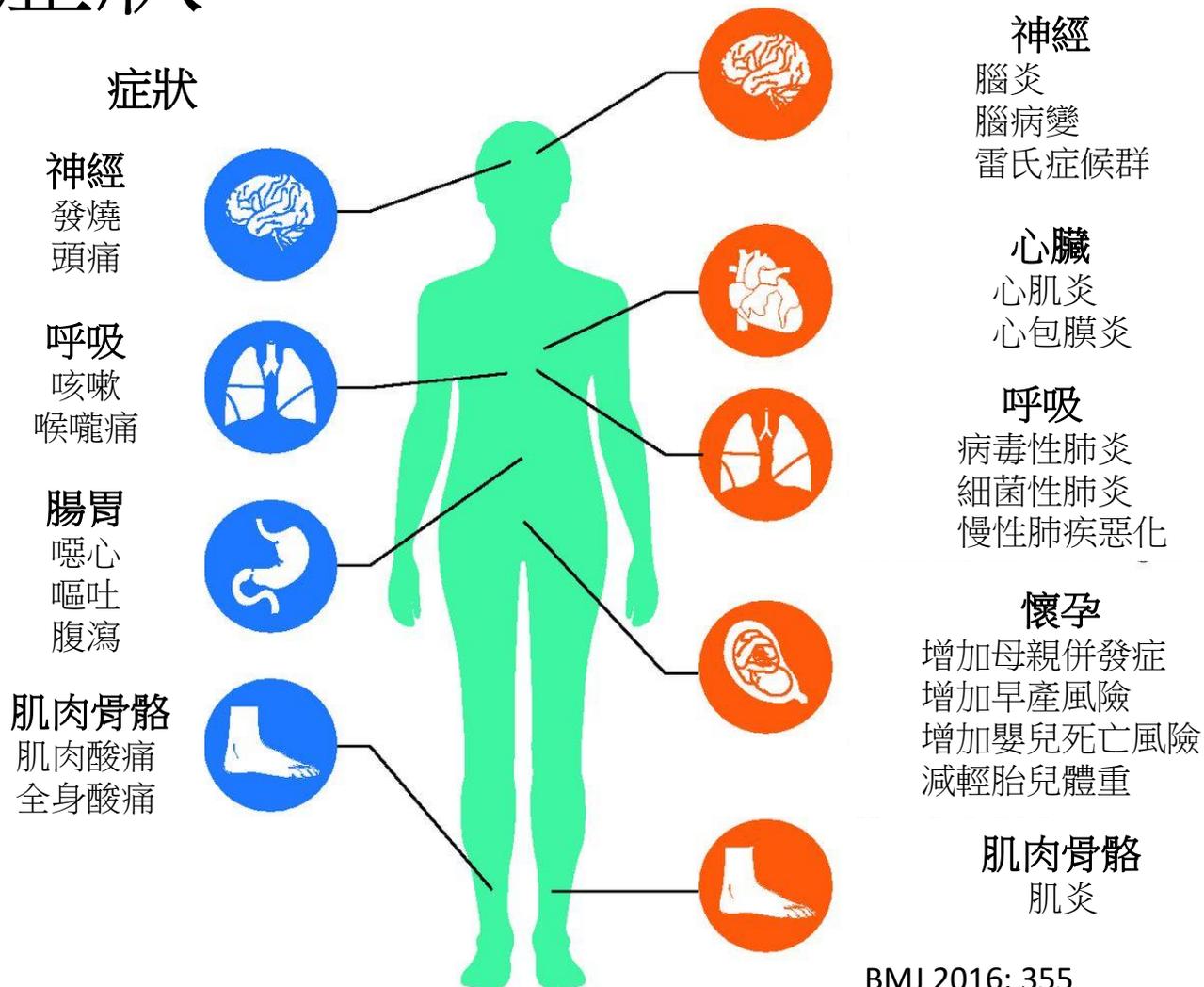


# 症狀

## • 一般症狀

- 發燒、咳嗽、喉嚨痛、肌肉酸痛、頭痛與疲倦
- 部分病例伴有腹瀉、嘔吐症狀
- 多數人通常約可在1-2週內康復

# 臨床症狀



BMJ 2016; 355

## 流感併發重症

- 流感併發重症
  - 有些人感染流感病毒後可能引起肺炎、腦炎、心肌炎及其他嚴重之繼發性感染或神經系統疾病等嚴重併發症，而需住院治療，甚至導致死亡，稱之為流感併發重症
- 可能併發重症之高危險群
  - 65歲以上長者、嬰幼兒、孕婦
  - 患有氣喘、糖尿病、心血管、肺臟、肝臟、腎臟等慢性疾病或肥胖 (BMI $\geq$ 30)
  - 免疫功能不全者

流感病程演變快  
流感併發重症高危險群多加留意

多注意



# 慢性病患者更容易併發流感重症

出現類流感症狀 戴上口罩速就醫



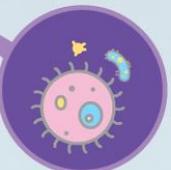
心包膜炎·心肌炎



腦炎



肺部併發症



其他嚴重感染



王先生 今年51歲  
患有 糖尿病 高血壓 冠心疾病  
出現 類流感症狀高燒第三天

衛生福利部疾病管制署  
TAIWAN CDC

# 流感 症狀

你知道嗎？

# 流感 危險徵兆



發燒

疲倦

頭痛

咳嗽

嘔吐

腹瀉

喉嚨痛

肌肉痠痛

血痰

胸痛

低血壓

呼吸急促

意識改變

呼吸困難

發紺(缺氧)

高燒72小時

如有流感症狀請就近前往診所就醫  
一旦出現危險徵兆，請儘速轉診至大醫院，掌握治療契機



# 流感疫苗

## 流感疫苗接種建議

非公費對象者  
鼓勵自費接種

- 6個月以上兒童及成人均建議每年接種一劑，特別建議以下對象接種，包含
  - 年滿6個月至18歲者；50歲以上成人
  - 具有潛在疾病者，包含高風險慢性病患者(含BMI $\geq$ 30者)、罕見疾病患者及重大傷病患者
  - 任何孕程懷孕婦女
  - 安養、養護等長期照顧機構之受照顧者及其所屬工作人員
  - 醫事及衛生等單位之防疫相關人員
  - 6個月以下嬰兒之父母
  - 幼兒園托育人員及托育機構專業人員
  - 禽畜相關及動物防疫人員
- 目前政府原則上於每年10月開始，依照罹病風險將上述部分對象納為公費流感疫苗施打對象
- 接種流感疫苗的保護效果於6個月後會逐漸下降，且每年流行的病毒株可能不同，建議應每年接種流感疫苗，以獲得足夠保護力



# 人人都需要施打流感疫苗

- **50歲以上**，或者是有慢性病，例如心臟病、肝病、癌症、或是服用免疫抑制劑的患者，得到流感時出現重症的機會較高，一定要記得施打流感疫苗，提高保護力。
- **學生**是傳播流感病毒的重要族群，所以也需要施打流感疫苗。
- **孕婦**接種流感疫苗，就能保護胎兒，孩子出生後也一樣。專家表示，孕婦可以透過胎盤傳遞保護效果，直到孩子6個月大之前。6個月大後，孩子就能接種疫苗。
- **家人**之間的傳播是流感病毒很重要的傳染模式。

## 季節性流感疫苗(Influenza)



### ◎流感疫苗建議接種對象為：

1. 年滿6個月至18歲者，尤其未滿5歲幼兒為高危險群；
2. 50歲以上成人；
3. 具有慢性肺病（含氣喘）、心血管疾病、腎臟、肝臟、神經、血液或代謝疾病者（含糖尿病）；
4. 免疫功能不全者；
5. 任何孕期之懷孕婦女；
6. 居住於安養、養護等長期照護機構之受照顧者；
7. 肥胖者（身體質量指數body-mass index $\geq$ 30）；
8. 醫療照護者；
9. 與 $<$ 5歲幼兒、 $\geq$ 50歲成人或其他流感高危險族群同住或其照顧者，尤其6個月以下嬰兒之接觸者。

### ◎依照疾病風險程度訂定110年度公費流感疫苗實施對象包括：

校園以外對象	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 醫事人員及衛生防疫相關人員</li> <li>2. 65歲以上長者</li> <li>3. 安養、養護、長期照顧(服務)等機構之受照顧者及其所屬工作人員</li> <li>4. 滿6個月至國小入學前幼兒</li> <li>5. 孕婦</li> <li>6. 具有潛在疾病者，包括高風險慢性病人、BMI<math>\geq</math>30者、罕見疾病患者及重大傷病患者</li> <li>7. 6個月內嬰兒之父母</li> <li>8. 幼兒園托育人員及托育機構專業人員(含社區公共托育家園)</li> <li>9. 禽畜業及動物防疫相關人員</li> <li>10. 50-64歲無高風險慢性病成人</li> </ol>
校園	國小、國中、高中、高職、五專一至三年級學生(含進修部學生與境外臺校，但不含補校)、少年矯正學校及輔育院學生、屬「中途學校-在園教育」性質之兒童及少年安置(教養)機構學生，以及自學學生。



# 那別人打就好！我不用打

- 流感是藉由飛沫或接觸傳染，當接種率提升~使群體免疫達到一定程度時，可以阻斷或減緩疾病的傳播；
- 惟群體免疫是需要時間累積，接種率達到一定程度才會產生之效益，且主要是減緩疾病傳播，並非表示不會傳染流感，故針對流感高風險族群者，建議自身接種疫苗。

# 防治工作



# 提醒

①

每年接種流感疫苗

②

警覺流感症狀，即早就醫治療

③

生病不上班不上課

④

落實感染管制措施，疑似群聚儘早通報



# 預防流感就跟預防新冠肺炎COVID-19一樣

要戴口罩、勤洗手、保持社交距離，減少接觸病毒的機會

- 按時接種流感疫苗。

**預先部署 預防流感** 照顧線上

**避免接觸病毒**

- 戴口罩
- 勤洗手
- 保持距離 (1.5公尺)

**提升保護力**

- 接種疫苗
- 規律運動
- 營養均衡

**打流感疫苗可預防流感重症  
且有助降低新冠肺炎死亡率**

**黃立民 醫師**



# 決定要打了~但要打哪種比較好~

- Q公費與自費流感疫苗，哪一種保護效果比較好？
- 不論是公費或是自費流感疫苗，均需符合我國衛生福利部食品藥物管理署查驗登記規定，並取得許可證照，且每批疫苗均經檢驗合格，因此對於流感的保護效果是一樣的。
- Q國產與進口不同廠牌及製程之流感疫苗，哪一種保護效果比較好？
- 不管國產還是進口疫苗，其產生的保護效果是一樣的。流感疫苗之疫苗株選擇，均依照世界衛生組織針對雞胚胎蛋培養疫苗及細胞培養疫苗建議，具有全球一致性且抗原性相同，並於國內具一致性檢驗標準。



# 決定要打了~流感疫苗安全嗎~

- 疫苗皆符合我國衛生福利部食品藥物管理署查驗登記規定。
- 接種流感疫苗前，須先經醫師評估身體狀況，以及是否有疫苗使用禁忌症等，再決定接種，接種禁忌症：
  - 已知對疫苗的成分有過敏者，不予接種
  - 過去注射曾經發生嚴重不良反應者，不予接種

出生未滿6個月，因無使用效益及安全性等臨床資料，故不予接種。



# 要告訴醫師哪些身體狀況

- 已知對「蛋」之蛋白質有嚴重過敏者，可在門/住診由熟悉處理過敏症狀之醫事人員提供接種，並於接種後觀察30分鐘，無不適症狀再離開。
- 發燒或正患有急性中重疾病者，宜待病情穩定後再接種。
- 先前接種流感疫苗6週內曾發生Guillain-Barré 症候群(GBS)者：急性多發性神經炎，宜請醫師評估。
- 其他經醫師評估不適合接種者，不予接種。
- 若為過敏體質，應於施打前告知醫師，由醫師評估是否施打疫苗。

不宜接種族群



對雞蛋蛋白質過敏或  
對其他疫苗成分過敏者

小於六個月的嬰兒



發燒或是嚴重急性  
疾病，宜延後接種

會對疫苗生發嚴重不良反應者



經醫師評估  
不適合接種者

懷孕婦女須  
經醫師評估  
保護胎兒



如有不適，請盡速就醫！

# 曾經對蛋過敏者 可以接種流感疫苗囉！



國內外專家建議，對蛋過敏者可接種疫苗



有任何過敏史，接種疫苗時請主動告知



接種後，觀察30分鐘再離開

## 孕婦得流感，怎麼辦？

### 注意症狀：



發燒、頭痛、咳嗽



全身痠痛、疲倦

### 可能風險：



孕婦併發流感重症或死亡風險較高



增加先天性異常、流產、早產、死產風險

### 感染後對策：



儘速就醫，評估後照醫囑及早使用流感抗病毒藥物



在家休息



# 決定要打了~會有什麼副作用

- 疫苗與其他任何藥品一樣有可能造成副作用，包括接種後可能會有注射部位疼痛、紅腫，少數的人則會有全身性的輕微反應，如：發燒、頭痛、肌肉酸痛、噁心、皮膚搔癢、蕁麻疹或紅疹等。
- 嚴重的副作用，如立即型過敏反應，甚至過敏性休克等不適情況（臨床表現包括呼吸困難、聲音沙啞、氣喘、眼睛或嘴唇腫脹、頭昏、心跳加速等）。



## 注射部位紅腫、肌肉痠痛？

接種後注射部位可能出現紅腫、肌肉痠痛，一般會在發生後1-2天內自然恢復



## 聽說接種後可能出現過敏、氣喘、休克等嚴重的副作用？

嚴重的過敏性休克發生機率非常低，若不幸發生通常於接種後幾分鐘至幾小時內即出現症狀

**小叮嚀：接種疫苗後別忘記在接種單位稍做休息並觀察至少30分鐘以上，待無不適後再離開**

**接種後該注意!**

接種後稍作休息  
30分鐘後無不適  
再離開

注射部位加壓  
至少2分鐘  
觀察是否仍有  
出血情況

接種後仍須注意  
個人衛生保健  
及各種預防措施

資料來源<https://heho.com.tw/archives/24927>

f Heho健康



## 打流感疫苗的部位 紅腫痛怎麼辦？

- 這是正常現象，先觀察2天
- 局部冰敷，降低不舒服的感覺
- 未緩解或有化膿，請看醫生
- 不亂塗不明敷料

痛

衛生福利部疾病管制署 廣  
TAIWAN CDC 告

我好緊張喔！

感覺有點頭暈想吐，  
等等可以不要打針嗎？

不暈囉~  
打疫苗  
放輕鬆~  
就不暈~

不要緊張！

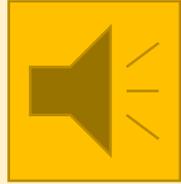
聽說打針前聊聊天放鬆，  
比較不會暈針喔！你看我  
完全不怕呢！



1. 暈針通常是對打針產生心理壓力
2. 大多發生於校園集體接種時



1. 放鬆心情
2. 不要空腹接種
3. 採取坐姿接種
4. 打完針在一旁休息30分鐘再離開



# 決定要打了~多久可以產生保護力~

- 接種流感疫苗後（未滿9歲首次接種幼兒為接種第2劑），至少約2週後產生保護力。
- 流感疫情多自11月下旬開始升溫，於年底至翌年年初達到高峰，故建議於10月流感疫苗開打後，儘早接種疫苗。

## 個人與家庭防護

### 維持手部清潔

- 勤洗手，用肥皂和水清洗至少20秒
- 咳嗽或打噴嚏後更應立即洗手
- 不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴

### 注意呼吸道衛生及咳嗽禮節

- 外出時全程配戴口罩，當口罩沾到口鼻分泌物立即更換
- 打噴嚏時，應用面紙或手帕遮住口鼻，或用衣袖代替
- 有呼吸道症狀，與他人交談時，儘可能保持1公尺以上

### 及早就醫，生病時在家休養

- 出現發燒、咳嗽等類流感症狀，建議及早就醫
- 就醫後儘量在家休息，減少出入公共場所
- 患者應避免搭乘大眾運輸交通工具

### 注意危險徵兆，掌握黃金治療時期

- 出現呼吸困難、呼吸急促、發紺(缺氧)、血痰或痰液變濃、胸痛、意識改變或低血壓等危險徵兆時，應提高警覺，儘速轉診至大醫院就醫

### 多警覺

★有關配戴口罩相關規定請參考嚴重特殊傳染性肺炎中央流行疫情指揮中心最新規範

有流感症狀立即戴口罩就醫，  
依醫囑服用藥物



THE END

敬請指導