

親愛的家長您好：

時序更迭，進入秋冬之後感冒與流感的季節到來，除了平日養成生活好習慣：注意手部衛生及咳嗽禮節、生病在家休息、維持正常作息，更要為自己的健康多用心。

提醒您：

一、家中若有一人確診為流感，建議其他家人都要觀察或檢查(學童生病更應多注意避免兄弟姐妹間傳染)，因為少數案例並沒有發燒可能是頭痛、肌肉酸痛…，請家長多注意孩子的身體健康狀況，如有不適應儘速就醫，以掌握治療契機。

二、感冒與流感都屬於「飛沫傳染」及「接觸傳染」，因此「**戴口罩**」和「**勤洗手**」是防疫的必要措施。

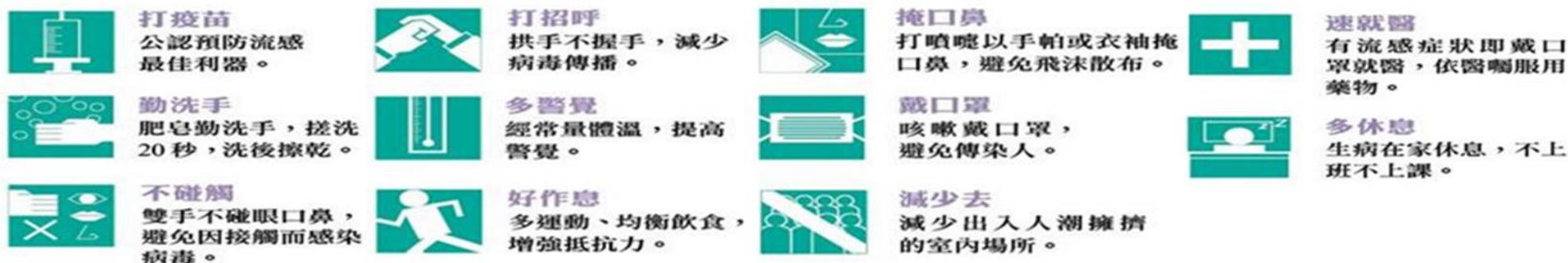
請家長配合事項：

多關心孩子的健康狀況，並在家為孩子自主量測體溫，若有發燒 38°C，一定要就醫；罹患流感勿隱匿病情，務必通報學校及按醫囑服藥，並且在家自主隔離 5 天；如有類流感症狀(發燒、頭痛、流鼻水、喉嚨痛、咳嗽、肌肉酸痛及疲倦)，應配戴口罩就醫，並儘量讓孩子在家休息，待痊癒後上課，降低疫情風險。

敬祝 闔家平安

中山國小關心您~

預防方法：



疾病簡介:

流感為急性病毒性呼吸道疾病，主要致病原為流感病毒，常引起發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等，但通常均在 2~7 天內會康復。流感病毒可分為 A、B、C 三種型別，其中只有 A 型及 B 型可以引起季節性流行。台灣主要流行的季節性流感病毒有 A 型流感病毒的 H3N2 亞型與 H1N1 亞型，以及 B 型流感病毒等 3 類。臨床上所謂的感冒、喉炎、支氣管炎、病毒性肺炎以及無法區分之急性呼吸道疾患均有可能為感染流感病毒所引起。而估計每年流行時，約有 10% 受感染的人有噁心、嘔吐以及腹瀉等腸胃道症狀伴隨呼吸道症狀而來。流感之重要性在於其爆發流行快速、散播範圍廣泛以及併發症嚴重，尤其是細菌性及病毒性肺炎。爆發流行時，重症及死亡者多見於老年人，以及患有心、肺、腎臟及代謝性疾病，貧血或免疫功能不全者。定期接種流感疫苗，是預防流感併發症最有效的方式。

好發季節:

流感為具有明顯季節性特徵之流行疾病，疫情的發生通常具有週期性，臺灣地區位處於熱帶及亞熱帶地區，雖然一年四季均有病例發生，但仍以秋、冬季較容易發生流行，流行高峰期多自 12 月至隔年 1、2 月份進入高峰。由於流感在臺灣好發於冬季，尤其自 10 月開始病例逐漸上升，至次年 3 月後逐漸下降，秋冬時節正值流感及流感併發重症病例數達到高峰的季節；因此，應及早防治，以避免感染後合併嚴重併發症或死亡之風險。

致病原:

流感病毒（Influenza virus），可分為 A、B、C 三種型別，其中只有 A 型及 B 型可以引起季節性流行。台灣主要流行之季節性流感病毒型別為 A/H3N2 型、A/H1N1 型，以及 B 型等 3 類。

傳染窩:

人是人類感染的主要傳染窩；但是病毒在哺乳類（主要是豬）及禽類（如鴨）體內常進行基因重組，可能產生新型病毒而造成大流行。

傳染方式:

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

※如有流感相關疑問，可至疾管署全球資訊網「流感專區」或撥打國內免付費防疫專線 1922（或 0800-001922）洽詢。



（<https://www.cdc.gov.tw>），