

疫苗快來打 流感不用怕

文/實習藥學生 詹惠蓁 張維容 王怡蓁

目前流感疫情逐漸升溫，若不加以擴大防範疫情恐怕會一發不可收拾，因此認識流感並防患於未然是每年必要的課題之一。

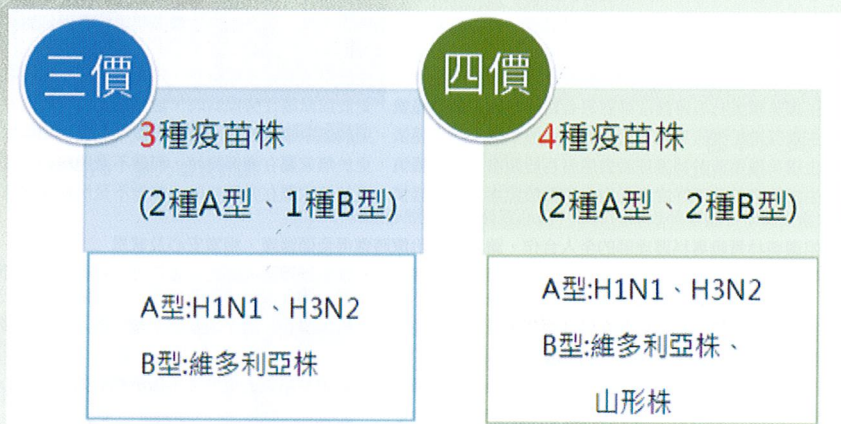
那究竟什麼是流感呢？流感是由流感病毒引起的急性呼吸道感染疾病，幾乎每年會引起季節性的流行，而台灣大部分流行的是A型及B型流感。A型的變異性最強，容易突變產生新的病毒株，而人類對於新的病毒株大部分都不具有免疫力，因此容易造成全球大流行。以往年最負盛名的禽流感H1N1為例，即是屬於A型流感；而B型流感相對穩定，傳播規模較小，與A型流感最主要的差異在於B型流感發生腹瀉及肌肉痠痛的比例較高。

由於台灣地處亞熱帶，季節並不分明，所以一年四季均有可能發生流感。其中又以秋冬季節最為盛行，因為流感病毒

可以在寒冷及低濕度的環境中存活數小時。流感的症狀和一般感冒非常相似，因此容易造成一般民眾的混淆。兩者最大的差異在於流感通常會有持續高燒且合併有肌肉痠痛的症狀，所以當出現這些症狀時就要盡速就醫以免延誤病情。流感病毒傳播力強，為了避免疫情擴大，最有效的方法就是施打流感疫苗。

流感疫苗的預防原理是利用雞胚胎培養病毒，加以去活化後製成疫苗。人類接種疫苗後可對病毒產生抗體，避免感染。但由於它所誘發的免疫力持久度較短，因此建議每年施打一次。

目前常見的三價與四價疫苗皆包含兩種A型病毒株，兩者最大的差異在於四價疫苗比三價疫苗多一種B型病毒株，即四價含有兩種A型、兩種B型，三價疫苗則只有一種B型。下圖為今年疫苗所含病毒株之種類：



流感疫苗在接種後，至少約兩周的時間才會產生保護力，因此建議在流行高峰期來臨之前便提前施打。流感疫苗的保護效果在健康成年人身上平均可達70-80%，對有接受疫苗施打的人來說效果顯著。但需要注意的是，在接種四到六個月後，保護效果即可能下降，因此若是抵抗力不佳者在施打半年後可再接再劑。有關施打疫苗前後的注意事項如下：

(一)105年公費流感疫苗接種對象：

- 1.滿6個月以上至國小入學前幼兒。
- 2.國小、國中、高中、高職、五專一至三年級學生，以及少年矯正學校及輔育院學生。
- 3.50歲以上成人。
- 4.具有潛在疾病者，包括高風險慢性病患(新增BMI \geq 30)、罕見疾病患者及重大傷病患者。
- 5.孕婦及產後6個月內婦女。
- 6.機構對象。
- 7.醫事及衛生防疫相關人員。
- 8.禽畜業及動物防疫相關人員。

上述各類實施對象皆需具中華民國國民身分。

(二)對蛋之蛋白質或疫苗成分有嚴重過敏者不建議施打，若有過敏體質、曾發生過敏反應須在施打前告知醫師。

(三)接種後觀察30分鐘，無不適症狀再離開。

返家後需注意有無持續高燒48小時、呼吸急促、心跳加速等嚴重副作用發生，若有則須盡速就醫。

(四)因情緒緊張易引起頭暈、噁心、冒冷汗等「暈針」症狀，避免空腹施打可有效防範。若有暈針情形發生時，稍作休息即可恢復。

流感容易造成嚴重併發症且極易傳播，因此在秋冬季節經常成為政府及民眾關注的焦點。目前最有效的預防方法即接種流感疫苗，且今年擴大公費施打對象，民眾可以多加利用來增強抵抗力。

當大多數的人皆接種疫苗，就能產生「群體免疫」降低傳染發生，使得其他無法接種的人也能獲得保護效果。除了接種疫苗之外，保持良好的生活作息，維持室內通風、環境整潔、勤洗手及戴口罩，保護自己也保護他人是預防流感最根本的辦法。

資料來源：衛生福利部疾病管制署全球資訊網