

03 | 得了流感怎麼照顧？快篩陰性就一定沒事嗎？

流感常以**突然高燒、頭痛、全身痠痛、極度疲倦**表現，也常合併咳嗽、喉嚨痛、流鼻水等上呼吸道症狀。長者、幼兒、孕婦、慢性病患者及免疫力較差者較容易發生重症，**出現疑似症狀時應儘早就醫，評估是否使用抗病毒藥物。**

快篩陰性不等於沒有流感

- **流感快篩的敏感度約為五至八成：**每 100 位確實感染流感的人，可能僅有 50 至 80 位驗出陽性。
- 發病初期（例如未滿半天）病毒量可能不足，較容易出現偽陰性。
- 醫師會綜合評估症狀、接觸史、流行狀況與重症風險。**高風險者若高度懷疑流感，通常會儘速治療，不必等待快篩轉為陽性，也不需自行反覆快篩。**
- 然而，並非每位快篩陰性者都需要服用抗病毒藥物，仍由醫師判斷。

抗病毒藥物

- **越早開始效果越好，建議在發病 48 小時（兩天）內使用；**高風險或病情較重者，即使已超過兩天，仍應就醫評估。
- 符合條件者可使用公費藥物，公費資格依當年度公告；不符合者亦可自費使用。
- 抗病毒藥物可與退燒、止痛藥併用。抗生素對流感病毒無效，請勿自行加服。
- 看診時請告知醫師：症狀開始時間、是否懷孕、慢性病史、目前用藥及藥物過敏史。

居家照護

- 補充足夠水分並充分休息；康復後再依體力逐步恢復活動。
- **何時返校或返回工作崗位，請依學校或公司規定；**一般建議在未使用退燒藥的情況下，退燒滿 24 小時再返回。
- 戴口罩、勤洗手並保持距離：與家人盡量保持一至兩公尺，不共用杯子與餐具。家中有嬰兒、長者、孕婦或免疫力較差者，更應確實做到。

家人的預防性用藥

與流感患者密切接觸後，可諮詢醫師是否需要預防性用藥。研究顯示，**於接觸後兩天內開始服用，可降低約八至九成的發病機會**。是否使用由醫師依接觸程度與家人健康狀況判斷；預防性用藥一般需自費。

民眾常見問題

打過疫苗還會得流感嗎？ 仍有可能，但症狀通常較輕，也較不易發生重症。因此，打過疫苗並不能據此排除流感。

立即就醫：呼吸困難、胸痛、嘴唇發紫、意識不清、抽筋，或明顯虛弱、脫水。

回診時機

發燒持續數日應回診。**原本好轉卻再次發燒、咳嗽加重或出現喘**，需留意肺炎等併發症，不宜僅自行增加退燒藥。兒童請特別留意精神、食慾與呼吸。如影響生活或有任何疑慮，歡迎諮詢。

本衛教單提供一般性資訊，實際檢查與治療請依醫師指示。

吉禾診所 | 新北市新店區民族路 42 號 | 電話 (02) 2916-0808