**後甲國中 流行性感冒衛教宣導參考資料**

* + **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。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。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。
  + **傳播方式：**

**1.**主要是透過感染者咳嗽或打噴嚏所產生的飛沫將病毒傳播給其他人。

**2**.由於流感病毒是經由飛沫及接觸傳染，尤其在密閉空間，由於空氣不流通，更容易造成病毒傳播。

3.因為流感病毒可在低溫潮濕的環境中存活數小時，故可短暫存活於物體表面，所以也可經由接觸傳染，如手接觸到污染物表面上的口沫或鼻涕等黏液，再碰觸自己的口、鼻或眼睛而感染。因此應多加留意與預防。

* + **潛伏期：**典型流感的潛伏期約1～4天，一般為2天。罹患流感的人，在發病前1天至症狀出現後的3-7天都可能會傳染給別人，而幼童的傳播期甚至可長達數十天。
  + **預防方法：**

**1.預防流感最有效的方法就是----接種流感疫苗**

**2.維持手部清潔----勤洗手**

**3.戴口罩---注意呼吸道衛生及咳嗽禮節**

**4.有流感症狀立即就醫，並依醫囑服用藥物--在家中休養，儘量不上班、不上課**

**5.保持室內空氣流通，降低病毒傳播機會**

**~~~~~溫心叮嚀~~~~~~~~**

**＊當確定是A流或B流時---1.-請通知健康中心--＞通報學務處衛生組--＞通報教育局**

**2. 請生病的同學有服用克流感藥物時，在家自主管理5天，等無發燒病況改善再回校上課，可保護自己且避免同學間交互感染。**

**3.請該班級加強課桌椅及門把之消毒---＞至學務處衛生組領取稀釋的消毒水**

4.請將班級門窗打開，讓空氣對流通風 。

5.有感冒不適、咳嗽及剛生病返校的同學請上課時戴口罩。

**〜 學務處衛生組健康中心關心您 〜聯絡分機107**