

健康守護者-四年級

流感追緝令

# 流感flu V.S. 感冒cold



# 共有的症狀(symptoms)

- Feel tired



- Feel sore



- Have a runny nose (sneeze)



- cough



- Have a sore throat





- Have a fever







## 流感與感冒大不同 1/2

| 項目   | 流感 (Influenza)  | 感冒 (Cold)                                   |
|------|---|---|
| 疾病類別 | 急性病毒性呼吸道疾病  | 上呼吸道感染的疾病                                   |
| 致病原  | 流感病毒，可分為A、B、C三型因為它很容易發生變異，所以容易發生大流行。                          | 大約200多種，包括比較常見的：鼻病毒、副流感病毒、呼吸道細胞融合性病毒、腺病毒等。  |
| 臨床症狀 | 主要為發燒、頭痛、肌肉痛、疲倦、流鼻涕、喉嚨痛以及咳嗽等症狀。                               | 症狀較輕微，常見包括打噴嚏、流鼻水、鼻塞及喉嚨痛，偶有輕微咳嗽、發燒或全身酸痛的情形。 |
| 併發症  | 最常見的併發症是肺炎，包括病毒性及細菌性肺炎，其他還包括中耳炎、鼻竇炎、腦炎、腦病變、雷氏症候群及其他嚴重之繼發性感染等。 | 急性中耳炎、急性鼻竇炎、下呼吸道感染。                         |
| 治療方法 | 依照醫師處方給予抗流感病毒藥物治療及支持性療法。                                      | 感冒多半可自癒，以支持性療法為主。                           |
| 預防方法 | 注重呼吸道衛生及咳嗽禮節，接種流感疫苗。  | 注重呼吸道衛生及咳嗽禮節                                |



# 流感與感冒大不同 2/2

**流感** 全身性症狀

**一般感冒** 呼吸道局部性症狀

病程 1-2週

病程 2-5天



圖片來源：疾病管制署-多媒體「流感懶人包」對抗流感密技大公開

# 預防的方法 How?

## Let's think and share!

- Work in groups



- Wash your hands





- Sleep well



- Stay away from the birds/chicken...



# The most important...

- Exercise more





So are you ready to exercise?!

