

甚麼是流感大流行？ What is Pandemic Influenza?

流行性感冒是甚麼？

流行性感冒或「流感」，是由病毒引起的一種普通呼吸道疾病。每年，流感病毒在秋冬季節均會引起大爆發。這是因為每年的流感病毒都會有少許改變，以致我們身體對之前的病毒所產生的防禦能力或免疫力，變得沒有那麼有效。

流感病毒很容易透過咳嗽、打噴嚏，以及用手觸碰自己的眼睛和口鼻，由一人傳給另一人。包括發燒、咳嗽、疲勞、頭痛、肌肉疼痛、流鼻涕及喉嚨痛的流感病徵可以突然出現，。最惡劣的癥狀通常會持續大約五天，但咳嗽則可能會長達兩至三個星期。有時流感病童會出現噁心，嘔吐或腹瀉的情形。

儘管普通傷風及其他各種病毒可能也會引起類似的病徵，流行性感冒較其他病毒會更為削弱人體的健康。大約百分之二十感染病毒的人士，不會出現任何的病徵；其餘則會有輕微至嚴重的癥狀。不過，一旦稚齡兒童、某些慢性疾病患者及耆英感染病毒，病況可能比健康的及年紀較大的兒童或成人來得嚴重，或需送院治理。加拿大每年有多達 7000 人死於流行性感冒或其併發症，而以 65 歲以上的人士有最大的危險。

流感大流行又有甚麼分別？

當一種新型流行性感冒的病毒能夠在人類之間迅速傳播，並瞬即席捲全球，這個情況便稱為流感大流行。鑑於我們對新病毒沒有抵抗力，新型流感極有可能較季節性流感造成更多的疾病，以及引發更多的死亡個案。

最少在過去五百年間，流感大流行每隔十至四十年便會捲土重來。上一個世紀共爆發三次流感大流行，最後一次在 1968 年。最嚴重的一次 – 經常稱為「西班牙型流感」(Spanish Flu) 大流行 – 是發生於 1918 年。無人可以準確預知流感大流行何時來襲，但可能很快便會出現。因此，我們及各社區必須現在便做好準備，確保可以隨時在有需要時作出反應。

卑詩省如何知道流感大流行將會來襲？

流感大流行有可能源自北美洲以外的地區。一個由全球（包括加拿大及卑詩省）科學家組成的網絡，正緊密追蹤流感的活動情況。這種國際間的合作，將有助於儘早識別可以引發流感大流行的新型流感病毒。

卑詩省會出現怎樣的情況？

根據以往的流感大流行經驗來估計，由世界某一個角落開始出現流感大流行至同一病毒在卑詩省爆發，將不會超過六個月。由於現時的航空交通較以前大為普遍，因此這個時間可能會更短。

卑詩省的警報機制已設立多時，在過去亦曾有效地識別各種疾病，例如嚴重急性呼吸系統綜合症 (SARS, 俗稱非典型肺炎)。該機制包括要求全省的健康護理人員，如發現旅客或返回卑詩省的人士有任何新型或不尋常的疾病，必須立即呈報。此外，有關機制又會確保及早進行測試，並在引發流感大流行的病毒抵達卑詩省時及早向衛生官員發出預警訊息。當卑詩省出現可能造成流感大流行的病毒時，省衛生官員即會通知市民。

卑詩省流感大流行應變準備計劃 (BC Pandemic Influenza Preparedness Plan) 羅列流感大流行來襲卑詩省前我們可以預備的工作，以及一旦爆發流感大流行時的應變措施。該計劃的主要目標，為協助社區及其資源合力減少發病率和死亡率，以及向家庭和組別發放如何保持健康及安全的指引。如要知道更多資料，請向您區內的衛生當局查詢。

與其他天災，例如海嘯、水災或地震不同的是，流感大流行一旦肆虐，可以維持數月之久。流感大流行最有可能於平常的流感季節中，即十二月至三月，予以重襲。此外，流感大流行亦可能出現數波的疫潮，第二波的疫潮或會於第一波出現後的六至九個月內爆發。這即是說我們需要預備應付不只一次的流感大流行。

當流感大流行到達卑詩省時，省民可能於不同的時間在省內不同的地方發病。某個城市的發病率亦可能較另外的城市為高。我們無法確知下一次的流感大流行中有多少人會染病或死亡。

您預期您所居住地方會有甚麼事情發生？

在流感大流行中，較正常時候多的人會在同一時間染病，以致公共醫療系統難以應付。按照英國的大流行發病率模式來估計，當情況達到最高峰時，在任何一个星期當中，百分之十或以上患者的病情會嚴重至需要暫時離開工作崗位。鑑於病者人數增加，您可能要等候一段較長的時間，才獲醫生診治或入院治理。由於更多人因染上流感而須休假，以致其他種類的服務，例如清理垃圾、巴士服務，以及市民能否購買到食物等，均可能出現問題。

當局已制定多項計劃，在流感大流行時協助市民。舉例來說，您可以預期：

- 仍有需求最大的醫療服務提供；
- 可能會設立特別的診所，專門護理流感患者或染上類似流感疾病的人士；及
- 會照顧呈最惡劣癥狀的人士，以及那些病情有可能變得嚴重或甚至會死於流感的人士。

您可以作出怎樣的準備？

儘管我們未能阻止流感大流行的發生，但假若能夠預先對流感大流行知得更多和計劃得更好，到流感大流行一旦出現時，我們便可以更好地加以應付。

卑詩省衛生廳（BC Ministry of Health）、卑詩省疾病控制中心（BC Centre for Disease Control），以及各分區衛生機構，現正為流感大流行作好準備；並致力確保專業醫護人員、基本服務工作人員及公眾人士，均認識到卑詩省流感大流行應變準備計劃。另外又會確保在流感大流行施襲前、中及後，儘早提供儘可能多的醫療護理、治療及其他社會支援服務。

每人都應該在預備應付流感大流行的工作中，擔任一個角色。您可由以下數點開始：

- 透過在政府網站閱覽資料、留意新聞及讀報，盡可能學習更多的新知識。
- 謹記每年注射流感針，這會對您在冬天流感季節中起到保護作用，但在流感大流行期間卻不會有所幫助。它的作用是在於幫助發展疫苗生產廠商的能力，並協助他們準備生產抵禦流感大流行的疫苗。
- 假如您超過 65 歲，並且患有慢性疾病，請向您的醫生請教授種肺炎疫苗的意見，這種疫苗可以保護我們免於染上最常見的流感併發症 – 肺炎。

- 學習如何在卑詩省爆發流感大流行時使您及您的家人免於染病。這就是說現在便要學習基本的衛生常識，例如經常洗手及在打噴嚏和咳嗽時以紙巾掩蓋口部。
- 學習如何在您或您的家人生病時照顧自己和他們。
- 知道在流感大流行時如需醫療協助或健康方面的意見，應該要致電何人。這可以是您的家庭醫生、您區內的公共衛生機構、卑詩省護士熱線，或是其他為您提供醫護服務的人士。在流感大流行期間，這亦可能是指需要前往特別的流感診所。
- 與您的僱主、區內的市政當局及衛生機構，討論他們的流感大流行應變準備計劃。

假如所有機構及包括您在內的全體市民能夠預先作出計劃，將會有助降低發病率或死亡率，並能減輕流感大流行對社會造成的破壞程度。

若需要進一步的資料

要知道流感大流行的更多資料，請參看以下各 BC Health Files:

[#94b在流感大流行期間保持身體健康](#)

[#94c 流感大流行期間的自我護理](#)

要知道卑詩省流感大流行應變準備計劃的更多資料，請瀏覽以下網站：

www.health.gov.bc.ca/pandemic/index.html

www.bccdc.org/content.php?item=150

www.bchealthguide.org/bcauthorities.stm



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

欲知更多有關卑詩省健康檔案論題，請瀏覽
www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm，
或約見您區內的公共衛生機構。

欲向註冊護士查詢，

請致電每天 24 小時卑詩省護士熱線：

- 在大溫地區，請致電 604-215-4700
- 卑詩省內免費長途電話為 1-866-215-4700
- 聾人及有聽覺障礙人士，請致電 1-866-889-4700
- 藥劑師於每天下午5時至上午9時當值
- 如有要求，可提供超過130種語言的翻譯服務。

請登入 www.bchealthguide.org
瀏覽卑詩省健康指南網上資料 – 您可信賴的
健康資訊世界