

對流感大流行病 (flu pandemic) 應有的認識

流行性感冒 (流感) 一旦爆發成為大流行病 (下文簡稱大流感)，便勢不可擋，在世界上許多國家和地區迅速蔓延。

最近傳媒紛紛談起一場可能來臨的流感大爆發。二十世紀期間，世界曾面對三場大流感。最厲害的一場是在一九一八年和一九一九年出現的「西班牙流感」，超過兩千萬人死於這場大流感。

公共衛生專家告訴我們，下一場大流感可能隨時爆發。他們又說，如果我們有準備，染病和死亡人數是可以減少的。

大流感的傳播跟季節性流感一樣，都是透過打噴嚏、咳嗽和手部接觸傳染，因此，只要採取基本防範措施，便可大大地限制它的蔓延。

1. 何謂大流行病 (pandemic)?

大流行病的特徵是流行範圍廣大。當某種疾病容易而迅速地在世界許多國家和地區蔓延，令大部份人口受到傳染，便成為世界性流行疾病，或稱為大流行病。

2. 流感大流行病是怎樣爆發的？

引起流感的各種病毒都不斷在發生變化。當有一種與普通流感不同的新流感病毒出現的時候，大流感便會爆發。因為大家對新的病毒都沒有免疫力，這病毒便會迅速傳播，使千千萬萬人受到傳染。某種動物或禽類的病毒和人類的病毒混合形成一種新病毒的時候，就經常會產生各種大流感。

3. 何謂接觸傳染期？

流感可透過跟流感病人的接觸傳染。接觸傳染期是病人出現任何症狀之前的二十四到四十八小時，或症狀發作後的五天內。換句話說，您可能在未知道自己已經染上流感的時候，便將病毒傳給別人了。

4. 普通流感和大流感有甚麼分別呢？

大流感表面上可能跟季節性感冒很相似。因為大家對某種大流感病毒沒有免疫力，大流感的蔓延便會比普通流感快。

兩者的病徵相同：發燒、頭痛、其他各種疼痛、疲倦、鼻塞、打噴嚏、喉嚨痛和咳嗽。但大流感的病徵嚴重得多，有些人（例如比較年輕的健康成年人）患上季節性流感一般只有輕微的病徵，一旦傳染到大流感，就會出現比較嚴重的病徵。例如在一九一八年和一九一九年出現的大流感期間，健康成年人的死亡率最高。

普通流感和大流感的傳播方式相同。流感患者咳嗽或打噴嚏的時候，或透過其他人的鼻部、口部或眼部而接觸到含有病毒的飛沫，流感病毒便擴散了。流感患者對著自己的手部咳嗽或打噴嚏後，再用手接觸其他東西（例如門把），也會將病毒傳播。其他人用手接觸過被患者碰過的東西之後，觸摸自己臉部，可能就會受傳染。

三成半安省人可能染上大流感。

以下是您對流感大流行病應有的認識。

普通流感	大流感
普通流感每年都會出現。	大流感每百年才出現兩三次。
普通流感通常在十一月到四月之間流行，然後結束。	大流感通常分兩波或三波出現，兩波之間相隔幾個月。每波大約持續兩個月或三個月。
每年約有一成安省人患普通流感。	大流感在安省爆發的整個過程中，約有三成半的省民會染上大流感。
患普通流感的人多數會身體不適，但通常會在一兩個星期後復原。	染上大流感的人，約有半數會身體不適。多數會復原，但病期可能很長。有些人會病死。
免疫力不夠強的人士患普通流感所出現的病徵會比較嚴重：這類人士包括幼童、高齡者和慢性病患者。	任何年齡組的人士患上大流感後都可能病情嚴重，情況因不同病毒而異。
在一般流感季節內，安省內死於流感併發症（例如肺炎 pneumonia）多達兩千人。	在大流感期間，安省會有更多人患流感，也可能有更多人死亡。
每年實施的流感防疫注射可幫助省民預防普通流感。	目前沒有現成的預防大流感疫苗。大流感疫苗必須在大流感爆發後才能研製，通常須要四到五個月的時間。
另有治療普通流感的藥物。	這些藥物可能也可用來對付大流感，但這類藥物的供應量有限，可能無法惠及每個人，而在確定病毒系別之前，這類藥物是否有效也無法確定。

5. 安省會不會受影響呢？

會。各國之間的空旅繁忙，大流感可能蔓延到全世界，包括安省。

世界衛生組織 (World Health Organization) 和世界各地的公共衛生專家正在密切注意大流感出現的第一徵兆，以便採取適當措施減慢它的蔓延速度。

6. 大流感襲擊安省會出現甚麼情況呢？

大流感病毒一旦傳到安省，便會迅速蔓延。很多人會因此患病，我們的醫療服務便會承受很大的壓力。

如果大流感蔓延範圍廣大，我們的日常生活便可能受到影響。譬如說，有些公司可能必須停止部份運作。市政府可能決定只提供必要的服務。公共衛生官員可能取消音樂會和體育活動等公共集會，因為流感病毒會在這類場合迅速傳播。他們也可能宣布學校停課。

在我們知道這病毒到底有多兇悍之前，根本無法預測安省會受到怎樣的影響。

流感大流行病可能襲擊健康的青年及壯年人，奪去他們的生命。

7. 哪些人屬於最高危的人士？

我們大家都可能感染大流感病毒。因為很少安省人對大流感病毒有免疫力，大流感會比普通流感傳播得更快。某些組別的人士，例如很年輕或很年長的人，患上大流感後病情可能比其他人嚴重，甚至病危。

無論如何，每個人都必須小心防備。一九一八年和一九一九年的大流感患者和病死者多數是二十多歲和三十多歲的健康青年和壯年人。

在我們對大流感病毒認識更多之前，根本無法確定甚麼人染上大流感的機會最大。

8. 會有多少人患病呢？病人需要甚麼樣的照顧呢？

- 估計會染上大流感的安省三成半人口當中，約有半數需要去看家庭醫生或醫務護士。另一半人口需要有關資料和建議來幫助他們在家裡自己照顧自己。
- 有些人可能因病徵嚴重而需要入醫院治療。

9. 甚麼時候才有醫治大流感的方法呢？

現在有所謂抗病毒藥 (antivirals)，可用來醫治流感，但病人必須在病初時候服用，甚至在徵狀出現之前服用，才有效力。

目前，安省已為省民儲備了一批抗病毒藥。

一旦大流感爆發，我們也只能在更清楚掌握這大流感的品種之後，才知道安省所提供的抗病毒藥是否有效。我們能治療多少人，視乎到時候這類藥物的供應量而定。

10. 甚麼時候才有大流感的預防疫苗呢？

科學家成功分析大流感病毒之後，我們才能開始研製安省人適用的疫苗。

我們愈快了解某一系列別流感病毒，便能更快地研製出可以預防該種流感蔓延的疫苗。我們必須知道，研製疫苗是需要時間的，而最好的防範辦法，就是先做好面對大流感來臨的準備。

講究手部衛生是預防所有流感蔓延的最好辦法。

11. 如何避免自己和家人在大流感爆發的時候受傳染呢？

如果大流感蔓延到安省，您只要按照防範普通流感的方式保護自己和家人，便可以減低受傳染的機會。

- 最好每年接受流感預防針注射。流感預防針不能防止您感染大流感病毒，但可預防您患上普通流感，而普通流感會減弱您身體的免疫系統或對大流感的抵抗力。
- 必須經常用肥皂洗手，而且要洗得徹底。講究手部衛生是防範所有流感病毒的最好辦法。
- 不論在工作場所、家裡或汽車內，身邊必須常備含酒精的消毒液或消毒抹手紙。
- 咳嗽或打噴嚏時必須用衛生紙掩蓋嘴部和鼻部。
- 生病時最好留在家中。
- 避免前往容易傳播病毒的人群密集場所。
- 減少沒有必要的旅行。
- 遵從公共衛生官員的指示。

12. 醫療保健系統如何幫助我們預防大流行病呢？

首席醫務官 (Chief Medical Officer of Health) 及衛生及長期護理廳 (Ministry of Health and Long-Term Care) 正在與各地方公共衛生部門、基本保健醫護人員、醫院、長期護理院、家庭護理員——整個醫療保健系統——一起做好應付流感大流行病的備工作。我們的目的是限制大流感的蔓延，並提供安省居民所需要的醫療服務。

我們正在：

- 監察安省和世界各地的流感情況。
- 儲備抗病毒藥物和設備。
- 設立配送系統，以便迅速地將藥物和保護設備送往有需要的地區。
- 擬訂應急方案，以便盡量增加能夠提供醫療服務的醫護人員和設施。
- 為公眾和醫療保健人員 建立及提供有關流感的資訊。
- 確保我們在某種疫苗研製成功後能夠盡快

我們已經設立針對流感的通信系統，以便能夠經常、適時和準確地向安省居民提供保護和治療自己和家人的最新資料。

有關大流行病或安省應付大流行的方案等詳情，可上網站 www.health.gov.on.ca 查閱。