

## 新型甲型流行性感冒 - 禽流感



### 病原體

流感病毒有不同類型。除了人類之間流傳而引致季節性流感的流感病毒之外，亦有很多其他甲型流感病毒見於禽鳥和其他動物物種。這些病毒有別於人類季節性流感病毒，並不會輕易傳染人類。然而，其中某些動物病毒可能偶爾會感染人類，這類病毒稱為新型流感病毒，禽流感便是一個例子。

禽流感是由主要影響鳥類和家禽（如雞或鴨）的流感病毒引致。有些禽流感病毒也會感染和傳播給其他動物（如哺乳動物）。近年亦出現人類感染甲型禽流感（H3N8、H5N1、H5N6、H7N9、H9N2、H10N3和H10N5等）病毒的個案。

由於人類感染禽流感病毒的情況並不常見，因此人體對該病毒的免疫力極低，甚至沒有免疫力。不過，一旦禽流感病毒因為有了適應能力，或從人類病毒中獲取某些基因，以致能輕易地在人與人之間傳播，便會出現流感大流行。

### 病徵

人類感染禽流感病毒後的病情嚴重程度可由沒有症狀或有輕微流感樣症狀（如發燒、咳嗽、喉嚨痛、肌肉酸痛），到出現嚴重的呼吸道感染（如肺炎）並導致多種器官衰竭，甚至死亡。眼部感染（結膜炎）、胃腸症狀（如嘔心、嘔吐和腹瀉）和神經症狀（如癲癇）也可能出現。疾病的嚴重程度將取決於引起感染的禽流感病毒亞型和受感染者本身的身體狀況。迄今為止，甲型禽流感H5N1、H5N6和H7N9是導致全球大多數人類感染甲型禽流感病毒的亞型，並造成高死亡率的嚴重個案。相反，人類感染甲型禽流感H9N2病毒通常會導致較輕微的疾病。

### 傳播途徑

受感染的鳥類會透過唾液、黏液和糞便排出禽流感病毒。其他受感染動物的呼吸道分泌物、不同器官、血液或其他體液（包括動物乳汁）中亦可能帶有禽流感病毒。人類主要透過接觸受感染的鳥類、家禽或其他動物（活的或死的），或被唾液、黏液和動物糞便污染的表面或環境（如濕貨街市和活家禽市場）而感染禽流感病毒。禽流感病毒在人類之間的傳播能力十分低。不時有一些國家報告禽鳥爆發禽流感疫情，並偶爾出現人類感染個案。

在極少數情況下，除了通過接觸鳥類和家禽外，人們還可能通過接觸受感染的動物而感染禽流感。例如在2024年4月，美國就報告了一例人類因接觸可能感染禽流感病毒的乳牛而感染甲型H5N1禽流感的個案。

### 潛伏期

介乎1至10天，視乎甲型禽流感的個別亞型。

### 高危人士

與活家禽有近距離接觸的人士較易感染禽流感。長者、兒童及長期病患者一旦受感染，亦較容易出現併發症，如支氣管炎、肺炎等。

### 治理方法

患者應有充足休息，多飲水。支援性治療可紓緩病徵。若出現流感樣病徵，尤其是屬抵抗力較弱人士或病情轉趨嚴重時，例如出現持續高燒或呼吸急促等症狀，應盡快求診。由甲型禽流感（包括H5N1、H5N6和H7N9病毒）引起的病情比一般流感嚴重，大部分患者須留院醫治。抗病毒藥物對病情可能有效。

### 預防方法

受感染的鳥類、家禽或其他動物（活的或死的）或其排泄物可能帶有病毒，因此，市民應避免接觸牠們的分泌物和排泄物，並留意以下重點以預防感染禽流感：

#### 1. 處理家禽

- 購買活雞時，切勿觸摸活雞和雞糞，切勿吹其尾部。洗淨沾有糞便的蛋，用洗滌劑輔助清洗，並立刻烹煮和進食。若需處理冰鮮家禽或家禽屍體，必須時刻保持個人及手部衛生。處理家禽、禽類製品或蛋時切勿觸摸口、鼻或眼睛，其後亦必須用梘液和清水徹底洗手，而使用過的刀具、砧板也要徹底清洗才能再度使用。
- 要徹底煮熟蛋類，直至蛋黃及蛋白都凝固才可進食，也不要將食物蘸著加有生蛋混和的醬料一同進食。應徹底煮熟家禽。如家禽在烹煮後仍有粉紅色肉汁流出，或骨髓仍呈鮮紅色，應重新烹煮至完全熟透。

#### 2. 保持良好的個人衛生

- 經常保持雙手清潔，尤其在觸摸口、鼻或眼之前；接觸動物或其生活環境，或觸摸扶手或門把等公共設施後；或當手被呼吸道分泌物污染時，如咳嗽或打噴嚏後。洗手時應以梘液和清水清潔雙手，搓手最少20秒，用水過清並用抹手紙或乾手機弄乾。如沒有洗手設施，或雙手沒有明顯污垢時，使用含70至80%的酒精搓手液潔淨雙手亦為有效方法。
- 打噴嚏或咳嗽時應用紙巾掩蓋口鼻，把用過的紙巾棄置於有蓋垃圾箱內，然後徹底清潔雙手。
- 當出現呼吸道感染病徵，應戴上口罩，不應上班或上學，避免前往人多擠逼的地方，及盡早向醫生求診。

- 保持均衡飲食、恆常運動、充足休息、不要吸煙和避免飲酒，以建立良好身體抵抗力。

#### 3. 保持良好的環境衛生

- 經常清潔和消毒常接觸的表面，如傢俬、玩具和共用物件。使用1比99稀釋家用漂白水（即把1份25%漂白水與99份清水混和）消毒，待15—30分鐘後，用清水清洗並抹乾。金屬表面則可用70%火酒清潔消毒。
- 用吸水力強的即棄抹布清理可見的污物，如呼吸道分泌物，然後用1比49稀釋家用漂白水（即把1份25%漂白水與49份清水混和）消毒被污染的地方及鄰近各處，待15—30分鐘後，用清水清洗並抹乾。金屬表面則可用70%火酒清潔消毒。
- 保持室內空氣流通。避免前往人多擠逼或空氣流通欠佳的公眾地方；高危人士在這些地方逗留時可考慮佩戴外科口罩。
- 應預防隔氣管管乾涸及定期消毒排水口（約每星期一次）。
- 如隔氣管管有損毀，或排水口發出臭氣，應立即維修。應聘請合資格技工檢查及維修。

#### 4. 疫苗接種

- 香港目前沒有註冊的禽流感疫苗供人類使用。
- 季節性流感疫苗不能預防禽流感，但仍有助減低因感染季節性流感而引致併發症及住院的可能性，並減低同時感染人類甲型流感及禽流感的風險。基於流感疫苗是安全和有效的，而健康人士亦有可能發生嚴重流感感染，因此除個別有已知禁忌症人士外，所有年滿6個月或以上人士都適宜接種季節性流感疫苗作個人保護。疫苗可預防疾病科學委員會根據多項科學因素，包括本地的疾病負擔和國際經驗，建議一些群組優先接種季節性流感疫苗。

#### 5. 抗病毒藥物

- 醫生會視乎患者的情況及健康需要，向患者處方抗病毒的藥物（例如特敏福），過程中須考慮有否任何不適合使用抗病毒藥物的情況，並權衡服用後的好處與可能出現的副作用。胡亂使用抗病毒的藥物，可能會導致病毒出現抗藥性。
- 醫生可能會處方預防性的抗病毒藥物給予接觸過感染禽鳥的人士服用。雖然抗病毒藥物最常用於治療流感，但它們也可用於曾接觸過流感病毒的人，以預防感染。但預防性流感藥物，應由註冊醫生處方。其藥力只在服用期間有效；一旦停止服用，預防功效也會消失。因此，市民不應自行服藥，以免出現副作用或令病毒出現抗藥性。

#### 給旅遊人士的建議

- 前往受影響地區旅遊時應避免接觸禽鳥或其糞便，和到濕貨街市、活家禽市場或農場。蛋和禽鳥只能吃徹底煮熟的。
- 在許多不同的物種中也曾發現禽流感病毒，旅遊時應避免近距離或無保護地接觸生病或死亡的動物，包括野生或家養動物，以及避免接觸被動物糞便、生鮮奶或被疑似或確診感染禽流感病毒的鳥類或其他動物污染的表面。
- 身處外地時，如身體不適，特別是有發燒或咳嗽，應戴上外科口罩，立即通知酒店職員或旅遊領隊，並盡快求診。
- 旅客從受禽流感影響地區回港後，若出現流感樣病徵，應立即求診，告訴醫生最近曾到訪的地方；並佩戴外科口罩，以防傳染他人。

