



# 防禽護健康!



## 預防新型 A 型(禽)流感

如不慎接觸禽鳥及其分泌物請用肥皂洗手



### 認識新型 A 型(禽)流感

H5N1、H5N2、H5N8、H7N9 流感病毒屬於禽流感病毒的一種，主要感染野生鳥類和家禽（如雞、鴨、鵝等），為禽類傳染病，大多只在禽鳥間傳播，很少感染人類，但病毒基因若在感染物種間持續變異，演化成可以有效人傳人之病毒，即有可能造成人類流感大流行。



### 新型 A 型(禽)流感病毒傳播途徑

主要是因為接觸感染的禽鳥、或是他們的糞便以及被糞便污染的物體，由吸入或接觸口、眼、鼻黏膜而感染。



### 預防新型 A 型(禽)流感的方法

**勤洗手**

經常使用肥皂洗雙手  
(使用乾洗手液可預防 H7N9 的病毒)

**戴口罩**

咳嗽時戴口罩  
避免傳染給別人

**掩口鼻**

打噴嚏時要用衛生紙  
或手帕遮住口鼻

**生病不外出**

生病要看醫生  
並盡量在家裡休息

**遠離禽鳥**

不要到疫情流行地區的  
養禽場、農場及鳥園參觀  
，也不要餵食禽鳥  
不要購買來路不明的禽鳥

**要吃熟食**

雞、鴨、鵝肉及蛋類  
要完全煮熟後才吃



高雄市政府 關心您

疾病管制署疫情通報及關懷專線：1922 高雄萬事通：1999

高雄市政府衛生局 防疫專線：07-7230250

高雄市動物保護處 禽流感防疫專線：07-7462368

宣導廣告

## 凍感密技

### 認識禽流感

禽流感病毒是一種感染野生鳥類和家禽（如雞、鴨、鵝、火雞等）的流感病毒。

禽流感病毒的型別很多，原本只在禽鳥間傳播，近年來因為基因突變，已有少數可由禽鳥傳染給人的案例發生。

自2003年起，已經有10多個國家通報超過600個人類感染H5N1禽流感確定病例，平均致死率高達60%，這些國家包括了我們經常前往的越南、印尼、柬埔寨、中國大陸等。此外，在2013年，中國大陸出現人類首次感染H7N9禽流感案例，目前已有超過100名病例，平均致死率約30%。

目前禽流感未演化出有效人傳人的功能，但萬一以後禽流感毒適應於人體，就可能導致全球性、致命的人類流感大流行！

禽流感病毒能夠在環境中長時間生存，特別是當溫度很低的時候，例如在鳥糞於低溫下（4℃）可存活35天，於常溫（37℃）環境下，可在禽肉上存活6天。

可以使用禽流感毒失去活性的常用方法：

1. 加熱：60℃加熱30分鐘或加熱至70℃以上。
2. 一般消毒劑：福馬林、碘化物、漂白水或酒精性乾洗手液等。

### 如何傳播

主要是因為直接接觸到感染的禽鳥、糞便或間接接觸被糞便污染的物體，由吸入或接觸口、眼、鼻黏膜而感染。

病毒除了存在於染病的禽鳥身上，也有可能附著在受污染的裝備、容器、飼料、鳥籠或是衣物、鞋子等物體表面，導致在禽場中散播。另外，經研究發現，禽流感病毒也能存在於蛋殼表面、蛋黃及蛋白中。

根據流行病學調查資料顯示，人類感染H5N1/H7N9禽流感的確定病例中，至少60%患者曾經接觸禽類或進入活禽市場。因此到禽流感流行地區旅遊，一定要避免接觸禽鳥！

### 感染症狀

H5N1禽流感的潛伏期約為2~14天，世界衛生組織推估H7N9禽流感的潛伏期為10日。

人類感染H5N1/H7N9禽流感後，最初病徵與一般季節流感類似，包括發燒（通常 $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、頭痛、肌肉酸痛、疲倦等；如果沒有及早治療，病情可能快速進展為肺炎，造成呼吸困難及呼吸衰竭等症狀，嚴重者甚至造成多重器官衰竭而死亡，其致死率約3-6成。

## 凍感攻略

### 在禽流感流行地區旅遊、工作、返國

出國前，確實掌握前往地區的疫情概況。避免到生禽宰殺場所、養禽場、活禽市場或農場參觀，也要避免餵食鳥類。

注意個人衛生，養成勤洗手的習慣。無法洗手時可以使用含酒精（60%以上）的乾洗手液。

不接觸禽鳥及其分泌物，萬一不小心接觸到，必須馬上用肥皂徹底洗洗雙手。

禽肉和蛋類必須完全煮熟再食用。

旅途中若出現發燒、咳嗽、喉嚨痛、結膜炎等症狀，馬上告訴領隊，戴口罩並儘快就醫。

千萬不要攜帶禽鳥返台。

旅途中如果出現身體不適，返國入境時請填交「傳染病防制調查表」。

自禽流感流行地區返國或疫區禽畜撲殺後，請早晚量體溫，進行自我健康狀況監測10天。

如果有發燒（ $38^{\circ}\text{C}$ 或以上）、咳嗽、喉嚨痛等類似流感的症狀，應立即戴口罩就醫，並主動告知醫師：

- ① 症狀
- ② 旅遊史
- ③ 是否接觸禽鳥



請勿觸摸禽鳥

讓旅程留下的，只有美好的回憶