

孕婦面對 H1N1 新流感如何自我照顧

◎北醫附醫藥劑部陳彥好藥師◎



北半球國家漸漸邁入秋冬季節，包括美國、香港及日本等地 H1N1 新流感疫情持續上升。近期台灣民眾因類流感到醫院急診就醫人數明顯增加，其中 H1N1 新流感佔類流感比率仍居高不下，約佔 35% 左右。

孕婦是 H1N1 新型流感之高危險族群，同時孕婦感染 H1N1 新型流感病毒後發生併發症的風險較一般人高，包括繼發性細菌性感染，如肺炎。依據美國新型流感患者資料顯示，懷孕者感染後之住院率為一般族群的四倍。如果母體發生嚴重疾病可能合併發生胎兒窘迫，導致較高的自然流產率與早產。因此，懷孕婦女於流感流行期間需特別留意自身健康狀況，並做好自我防護。

孕婦如何自我防護？

- 勤洗手、量體溫、呼吸道衛生與咳嗽禮節。
- 避免與流感症狀者接觸。
- 於疫情流行期間，也應避免前往人潮聚集場所。
- 任何孕期之懷孕婦女，可經婦產科醫師評估後施打 H1N1 新型流感疫苗。
- 孕婦若有發燒（體溫 $>38^{\circ}\text{C}$ ）、咳嗽、肌肉酸痛、疲憊等症狀時應立即就醫，另外，家人及朋友也應了解並給予孕婦特別的保護。

關於孕婦是否可服用克流感（Tamiflu[®]），近日一直被熱切討論著。根據研究報告顯示，孕婦使用抗病毒藥物治療之助益大於其風險，因此懷孕婦女若是診斷為流感患診，還是應該接受克流感（Tamiflu[®]）治療，並儘速於發病後 48 小時內服用，因為在早期症狀出現時給予藥物效果最佳。

嬰兒若不餵食母乳較不容易受到其他病原菌感染，因此產後哺育期間若有感染症狀需服用克流感藥物，還是建議哺育母乳，可將母乳擠出，裝在奶瓶由健康的

家人代為餵養。若必須親自照顧，在餵養或照顧嬰兒時應配戴口罩並記得隨時洗手，尤其在每一次照顧嬰兒前。

在此 H1N1 新流感疫情期間，希望大家都能作好防護準備，避免與季節性流感相互感染。