

天氣轉涼，除了要注意感冒來襲，亦得當心季節性流行性感冒(流感)。上周三(10月16日)，又有一個10個月大的孩子患上甲型流感併發腦病變，情況危殆。香港每年的1月至3月，以及7月至8月都是流感高峰期，有兒科醫生

建議，兒童應在冬季流感高峰期之前做好預防措施，接種流感疫苗，減低患流感風險，亦可避免流感併發症的發生。

兒科專科醫生梁寶兒表示，流感徵狀與一般感冒相似，包括流鼻水、咳嗽、喉痛、打噴嚏、發燒、肌肉痛和疲倦等，「兩者難以根據病徵分辨，如出現類似徵狀，家長及早帶兒童求診。」

糖蛋白作分類

梁寶兒講解流感病毒，「甲型流感病毒主要有兩種病毒表面的糖蛋白，包括H及N，當中H分3類，而N則有兩類，所以會出現H1N1、H3N2等組合。舉例1918年西班牙大流感的病毒，就是糖蛋白基因轉變的結果，出現一些較嚴重的流感爆發。」而每年世衛會因應科學家收到的數據作分析，而決定來年疫苗對抗哪4種流感病毒(甲乙型各兩種)。

安全有效

現時流感疫苗主要分3類，包括滅毒疫苗、減活疫苗和重組疫苗，後者只適用於成年人，而兒童則會使用滅毒疫苗和減活疫苗。梁寶兒指出，「滅毒疫苗是噴鼻式噴劑，而減活疫苗是針劑，現時最常使用。兩種疫苗各有好處，噴鼻式無疑免除了打針之苦，但由於要將『外來物』噴入鼻腔，有可能令哮喘控制不好的孩子誘發哮喘發作，故有哮喘的小朋友須先經過醫生評估，如情況理想患有哮喘的孩子也可以使用，另外滅毒疫苗中的病毒是仍然存活的，所以先

接種 疫苗

抵抗流感來襲



梁寶兒指，流感疫苗十分安全，建議每年冬季流感高峰期前接種。



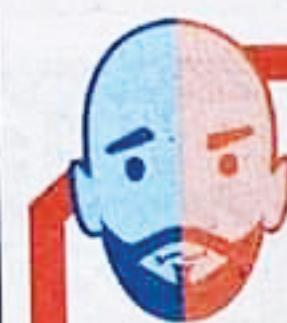
噴鼻式疫苗雖方便，但未必個個小朋友都適合。

家長亦會擔心，蛋白敏感的孩子是否可以接種疫苗，梁寶兒解釋，流感疫苗雖有蛋白成分，但過往研究顯示，打100萬針才有1.35個人出現嚴重或休克的敏感反應，所以疫苗十分安全，「同時建議大家每年冬季流感高峰期前接種，以減低感染流風險，以及減輕感染後的症狀，同時有效預防壞死性腦炎和肺炎等流感併發症。」

做好個人護理

梁寶兒提醒，日常基本個人護理都是預防流感的重要一環，在飯前飯後、接觸口鼻和眼睛前應洗手或用酒精搓手。液清潔雙手：去人多擠迫的地方要做好個人保護措施，如戴口罩，避免到處觸碰東西；若在流感高峰期就要避免或減少到這些地方，「如家人也做好個人護理和接種流感疫苗，減低自己的感染風險，都可間接保護到小朋友。」

若確診流感，最重要是多休息，醫生會視乎需要而處方特敏福，加快病情好轉，如在出現病徵的72小時內使用，效果較顯著。梁寶兒續指，「特敏福也有其副作用，最常出現是腸胃不適，少見但要留意的有神志不清，出現幻覺，我們處方時都會提醒



6號

凌晨時分，刺耳的電話響起，姑娘用既不耐煩又滿腔歡喜的語氣說：「起床啦！」她已經超過十年沒有這樣叫醒我了，經常接觸與客人爭執的經驗，但

朱先生今年年初來到香港工作，加上其上司的體質已經超過十年，經常接觸與客人爭執的經驗，但