

漫談病毒感染疾病---感冒? 腸胃型病毒感染? 流感?

內湖國泰診所 呼吸胸腔科



「感冒」，是一般人的口語。它常常用來表達，人不舒服，有發燒，疲倦，頭暈，喉嚨怪怪的，鼻子也怪怪的，有時有流鼻水，有時想咳嗽，好像有一點點痰在喉嚨等症狀。但是，很多時候，「感冒」被擴大使用了，有時候病人來，主述的症狀是，我拉肚子，肚子悶，有點發熱，全身有一點痠痛，醫生我是不是感冒了？

後來，乾脆一些醫師，就把病毒感染，通稱為「感冒」。例如一些腸胃炎或是腸胃症狀的病毒感染，通稱為「腸胃型感冒」。但是醫學上是沒有這名詞的。

其實，一般醫療上說的感冒，指的是一些上呼吸道的病毒感染，英文名稱叫 *Common cold*，中文我們或許可以把他譯成「冷到」。而造成所謂的 *Common cold* 的病毒可以高達有 200 多種。

所以按照這個標準，感冒的定義，是泛指病毒影響到上呼吸道造成的症狀。包括：發燒，全身痠痛，流鼻水，鼻塞，打噴嚏，咳嗽，喉嚨痛，等等症狀。但是因為這些症狀都是輕微的，所以病人常常不須要看醫師，而服用一些簡單的症狀治療的成藥甚至不需要服藥只需要休息，或許就可以改善。

但是，有一些病人，例如慢性病病患，免疫力缺乏的病人，或是太小的小孩，或是老年人，他們在被病毒感染之後，常常容易得到續發性的細菌感染，造成了肺炎，或是支氣管發炎或是中耳炎，或是鼻竇炎。此外，一些氣喘病人，也會因為感冒而惡化。因此，在臨床上，醫師可以因為病人的症狀嚴重程度，來做適當的一些檢查，如抽血驗白血球，照胸部的 X 光，以進一步鑑別是否有肺炎或是續發的細菌感染。

在治療方面，病毒感染很少要用到殺病毒的藥物的，因為目前只有部分嚴重症狀的病人使用抗病毒的藥物或許會有效，大部分感冒的病毒感染，症狀大多是溫和的，所以不需要使用抗病毒的藥物。一方面抗病毒藥物不見得有效，且副作用跟好處比起來，有時抗病毒藥物的副作用作用還比較大。此外，不使用抗病毒的藥物，感冒到痊癒的時間跟服病毒藥物的時間是差不多的。所以，一般感冒，醫師給予的都是症狀治療的藥物，例如，止痛退燒藥物 (*Acetaminophen*---就是所謂的普拿疼，或是百寧痛這類藥物，或是其他 *NSAID*---非類固醇止痛消炎藥物)，或是止咳化痰，抑制鼻子症狀，流鼻水或是鼻塞的抗組織胺類的藥物等等，而不會給予抗病毒的藥物。

而所謂的流感，其實是不同於感冒的，我們說，流行性感冒(常被簡稱為「流

感」)，其實是另一類病毒引起的疾病，它們叫做「流行性感病毒」。主要分為 A, B, C, 三種，其中又分為許多基因亞型。英文會用 *Flu* 來表示得了「流感」，所以這與英文的 *Common cold*，是不一樣的。

流行性感病毒的感染，大部分也是造成呼吸道的症狀，但是嚴重度卻比一般感冒還要嚴重，常見包括高燒不退，全身痠痛嚴重，而呼吸道的症狀也比較嚴重。有時候甚至變成病毒性的肺炎，這時候需要用到的就是抗病毒的藥物了。而預防流行性感病毒感染，必須要施打疫苗。每年，世界衛生組織 WHO 會公布，該年度可能流行的流行性感病毒株有哪幾種，然後疫苗公司便會根據這個來製造疫苗，以提供人們接種。而為何流行性感疫苗需要接種疫苗而一般感冒不用，也是因為嚴重程度的關係，因為造成一般感冒的病毒種類雖然多，但是症狀都不嚴重，所以不需要去接種或是製造這類的疫苗。

所以，綜合以上的說明，我們必須要釐清的三個疾病名詞是：

- 1) 感冒--- 指一些病毒的上呼吸道感染，通常症狀不嚴重，包括咳嗽，流鼻水，輕微發燒，喉嚨痛，全身輕微痠痛，一般約 3-7 天的病程。醫生通常會說，你得了一般感冒。
- 2) 腸胃型病毒感染 --- 指病毒感染後，以腸胃的症狀表現為主，包括輕微腹瀉，腹脹，輕微噁心，合併有輕微發燒，以及全身痠痛，症狀也是大概一周內就改善。
- 3) 流行性感--- 指的是「流行性感病毒」的感染，症狀比感冒還要嚴重許多，發燒與全身痠痛也更明顯。一般約 7 天左右的病程。可以以疫苗注射產生抗體來預防。症狀嚴重時甚至需要用到抗病毒藥物的治療。一般症狀也是只需要症狀治療。

因此，流感不等於感冒，而腸胃型病毒感染也不等於感冒，雖然它們都是病毒感染，都是一樣給予症狀治療藥物就會改善，但是基本上的區別是不一樣的。認識這點之後，你就不會在得了感冒時，會問醫生，為什麼我打了流感疫苗，我還是得了感冒？而這些病毒感染的治療，除了剛剛提到症狀治療之外，都是多休息與補充水分。所以，很多人不太了解，覺得醫師沒給殺死病毒的藥物；或是抱怨，感冒看到第三個醫師才好，第三個醫師比較高明？

其實，是剛好到第三位醫師診治時，疾病整個過程到了尾聲。而且，除非是重症，不然的話，這類病毒感染是沒有需要用到抗病毒的藥物。因此你可以看到政府每次對於流感或是腸病毒的宣導，都是，注意口鼻衛生以及勤洗手喔！

