



嚴重傳染性肺炎(COVID-19)護理指導

2020.12 制定
2024.09 修訂

一、何謂嚴重傳染性肺炎

世界衛生組織於 2020 年 2 月 11 日將此新型冠狀病毒所造成的疾病稱為 COVID-19，且我國列為第四類法定傳染病「嚴重特殊傳染性肺炎，是由嚴重急性呼吸道症候群冠狀病毒 2 型 (SARS-CoV-2) 引起的疾病。主要以呼吸道症狀為主，包括鼻塞、流鼻水、咳嗽、發燒、呼吸急促、腹瀉等。

二、傳染途徑

- (一)飛沫傳播：當感染者咳嗽、打噴嚏或說話時，會釋放出含有病毒的飛沫。這些飛沫可以直接吸入到健康人的呼吸道中，是主要的傳播途徑。
- (二)接觸傳播：包括直接接觸感染者或接觸感染者所接觸過的表面或物體（稱為間接接觸）。如果接觸到了感染者的口鼻分泌物、眼睛或表面上的病毒，然後觸摸自己的口鼻或眼睛，也可能導致感染。
- (三)空氣傳播：在特定情況下，尤其是在密閉空間、空氣流通不良的環境中，病毒可能在空氣中透過微小的氣溶膠傳播，這種情況下的傳播稱為空氣傳播。
- (四)糞-口傳播：雖不是主要的傳播途徑，但病毒可以存在於感染者的糞便中，從而可能通過接觸污染的物體或食物而傳播。

三、潛伏期

通常為感染後 2 至 14 天，大多數人的潛伏期約為 5 至 6 天。即使在潛伏期間，感染者可能是無症狀或只有輕微症狀，但仍然具有傳播病毒的潛在風險。

四、如何診斷

- (一)核酸檢驗 (real-time reverse-transcription polymerase chain reaction, RT-PCR)：透過咽拭子或深部呼吸道樣本進行實時聚合酶鏈反應 (RT-PCR) 檢測。這種檢測方法可以檢測出病毒的遺傳物質 (RNA)，從而確認感染者是否患有 COVID-19。
- (二)抗原檢驗：檢測患者樣本中的新冠病毒蛋白抗原。這種檢測通常比核酸檢測快速，但其靈敏度較低，特別是在症狀開始後幾天。
- (三)抗體檢測(血清學檢測)：檢測血液是否有抗體，通常不用於早期診斷，因為抗體在感染初期可能尚未產生。

五、臨床表現

主要症狀包括發燒、咳嗽與呼吸急促等，另有部分病患可能出現噁心、嘔吐、腹瀉等腸胃道症狀。胸部 X 光通常會發現肺炎，部分重症則出現急性腎衰

竭、心包膜炎、血管內瀰漫性凝血等併發症。

六、重症風險因子

年齡 ≥ 65 歲、癌症、糖尿病、慢性腎病、心血管疾病(不含高血壓)、慢性肺疾(間質性肺病、肺栓塞、肺高壓、氣管擴張、慢性阻塞性肺病)、結核病、慢性肝病(肝硬化、非酒精性脂肪性肝炎、酒精性肝病 與免疫性肝炎)、吸菸者、BMI ≥ 30 (或 12-17 歲兒童青少年 BMI 超過同齡 95%)、懷孕(或產後六週內)、影響免疫功能之疾病(HIV 感染、先天性免疫不全、使用類固醇或其他免疫抑制劑)、低社經地位、缺乏適當的醫療照護、居住或工作在人口密集地區、缺乏適當的個人防護措施等。

七、治療方式

- (一)支持性治療：輕度和中度症狀的患者，主要包括休息、充足的水分攝取、適當的營養、必要時使用解熱劑和止咳藥物來緩解症狀。
- (二)氧療：發展為重症的患者，尤其是出現呼吸困難和低氧血症的情況，可能需要給予氧氣治療，甚至是使用呼吸機（如呼吸器）來幫助呼吸。
- (三)抗病毒治療：目前用於治療 COVID-19，例如瑞德西韋（Remdesivir）、倍拉維(Paxlovid)、莫努匹拉韋(Molnupiravir)，可抑制病毒複製，有助於減少病毒量和病毒感染的持續時間。
- (四)免疫調節治療：有些患者會接受免疫調節治療，如皮質類固醇或安挺樂(Tocilizumab)治療，用於抗發炎、抗壓力、抗過敏、控制鈉及水平衡，負責蛋白質及脂肪新陳代謝。

八、日常生活注意事項

- (一)生病期間多於家中休養，每日早晚各量一次體溫、詳實紀錄體溫、健康狀況及活動史，並佩戴醫用口罩、避免外出，且與他人儘可能保持 1 公尺以上距離。
- (二)當口罩沾到口鼻分泌物時，應立即更換並內摺丟進垃圾桶。
- (三)維持手部清潔，保持經常洗手習慣，原則上可以使用肥皂和清水或酒精性乾洗手液進行手部清潔，
- (四)儘量不要用手直接碰觸眼睛、鼻子和嘴巴，若手部接觸到呼吸道分泌物時，請用肥皂及清水搓手徹底洗淨雙手。
- (五)環境衛生可自製消毒水用於居家環境。如一般市售漂白水約含 5%次氯酸鈉，建議以 1c.c.漂白水加 100c.c.冷水稀釋（即 1：100 稀釋），稀釋後 24 小時內具有效殺菌功能。
- (六)擔心漂白水揮發的氣體對人體有害，有呼吸道過敏者，建議消毒時離開現場，並打開窗戶保持通風，消毒 10 分鐘後再以清水清洗或擦拭、減少皮膚遭受刺激。
- (七)不需要大範圍消毒，只要針對家中常接觸的物品或家具表面，像是門把、桌面、兒童玩具等，重點擦拭消毒即可。

(八)配合 COVID-19 疫苗接種政策，提升自我保護力。

(九)若出現任何症狀例如發燒、咳嗽或呼吸困難等症狀，可自我抗原快篩檢測必要時至醫療機構就醫治療，搭乘大眾運輸工具及外出應戴上口罩，並遵照醫院訂定之分流看診機制就醫。

出院後請依照醫師指示按時返診追蹤，若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務；出院後如有任何疑問，可利用馬偕紀念醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760，新竹馬偕/兒醫(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311。諮詢時間：週一至週五上午 9:00~12:00，下午 2:00~5:00。

祝您 平安健康