

高齡呼吸道感染居家注意事項

◆上呼吸道感染症狀

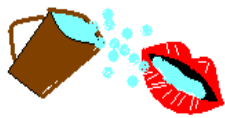
上呼吸道感染會出現鼻塞、打噴嚏、咳嗽等症狀，且常合併**間歇性發燒** 3~5 天、畏寒、頭痛、**肌肉痠痛**或是**全身乏力**，症狀持續七日至二週不等。



◆併發症

高燒不退(超過三天以上)、耳朵痛、流鼻水症狀持續加劇、**黃綠色的濃稠鼻涕**、咳嗽、嚴重鼻塞、頭痛、呼吸急促、食慾減退、頸部僵硬、劇烈頭痛、嘔吐、怕光，甚至意識不清。

◆上呼吸道感染居家注意事項



多喝水



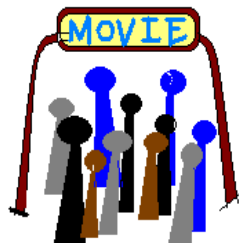
多休息



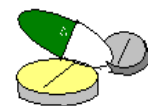
多洗手



戴口罩



勿出入公共場所



請按時服藥

◆如何預防

- (1) 對付**上呼吸道感染**，「預防」為上策。太累會使抵抗力減弱，需有均衡的飲食，並適當的攝入液體量及充份的休息。
- (2) 可**施打流感疫苗**以預防流行性感冒。



國立成功大學醫學院附設醫院斗六分院

關心您

製作單位：門診製

製作日期：10706

DL-02-1-019