

流感不再見?-國風國中學生對流感概念與看法之探討

投稿類別：各類議題組

篇名：流感不再見?-國風國中學生對流感概念與看法之探討

作者：

李永翊。國風國中。8年2班

王裕傑。國風國中。8年2班

徐振碩。國風國中。8年2班

指導老師：

白惠如老師

## 壹、前言

### 一、研究動機

健康影響我們人的一生，影響健康的因素分為三大部分：生理、心理、社會人際健康，我們平時生活接觸的環境、人、事、物也影響著我們的健康，好比如：久病會影響著心理的狀態；長期憂鬱也會影響身體健康；看到大家都有施打疫苗，而自己沒有則可能會造成恐慌；也可能因為心裡有不太舒服自在的感受，為了讓自己達到比較舒適地感覺，選擇把自己保護起來不太和環境有互動；某人身體生病了，為了避免有病情更加惡化，或者面對於很多人的眼光，造成感覺有遭受不友善的對待，而不想出門跟別人交集；班上有人得到流感，造成了大規模的集體傳染。生理、心理、社會人際因素告訴我們，三者皆環環相扣的影響著我們，若是不健康的話，生活品質會變得越來越差、抵抗力越來越弱、甚至還會影響自己的心情，所以維持自己的健康是每個人每天都應該維持的。

由於我們的班導是健康老師，平時就會跟我們班分享有趣的健康生活小知識，在本學期健康課程中，健康單元有上到傳染性疾病，認識了許多常見的傳染性疾病以及其相關感染症狀和傳染途徑，才赫然發現原來傳染病的威力~無遠弗屆的影響我們整個社會；臨近期末考前，我們班有發生一次規模較大的班級群聚感染事件，因近期氣候炎熱，我們班教室位於四樓頂樓，教室長時間直接太陽照射十分酷熱，所以必須依賴著冷氣長時間的運轉讓教室變得比較涼爽，因長時間待在冷氣房，同學也沒有經常跑去外面曬太陽，所以班級在這次的狀況下有九個人依序得到了流感；我們這組組員剛好其中有兩人在這次班級感染事件得到流感，組員們的感染後症狀皆不太相同，其中一位去年有施打流感疫苗本身感後僅些微身體不適感到疲累，而另一個沒有施打流感疫苗的組員就有比較明顯的流感感染症狀。根據衛生福利部資料顯示，人們施打流感疫苗的優點，可以使對於流感的抵抗力變強並降低感染風險，與減低感染後不適症狀，那麼施打疫苗有好處，為什麼大家對於施打流感疫苗的想法會有不同，這讓我們更加好奇想探究，也因為這件事情讓我們對於流感的主題有了更多的想法。

經由我們組員的親身經驗以及老師對於傳染性疾病的講解，讓我們更知道了流感的症狀有哪些，也知道更多預防流感的有效方法，希望可以透過這次的主題找出國中生對於流感疫苗的看法，發現我們國中生對於流感疫苗的迷思，希望能夠提供可參考的資訊，幫助到未來在流感疫苗相關的事項推動。

### 二、研究目的

- (一) 了解國中生對於流感的認知，分析學生對於流感知識不足之處
- (二) 了解國中生對流感疫苗的施打意願
- (三) 了解國中生施打流感疫苗的阻力與助力

## 貳、文獻探討

### 一、名詞解釋

#### (一)流感

流感是由流感病毒引起的急性呼吸道感染，流感的臨床症狀為發高燒(高燒溫度大於 $38^{\circ}\text{C}$ )、咳嗽、喉嚨痛、流鼻水、呼吸急促或呼吸不過來、身體痠痛。也可能伴隨著其他症狀，包括：肌肉僵直、頭痛、食慾不佳、勞累、意識混亂、皮疹及腹瀉等症狀，胸部 X 光檢查時會發現肺部病變，發病後會引起的症狀嚴重度與感染者的個體免疫力、本身有其他疾病或年齡有關(衛生福利部疾病管制署，2024)。根據衛生福利部疾病管制署資料說明，嚴重急性呼吸道症候群最嚴重時會發生瀰漫性肺炎，氧氣交換下降，導致肺部缺氧，所以病人會呼吸困難、缺氧，甚至導致死亡。另外，大概有 10% 感染者有噁心、嘔吐及拉肚子等腸胃道症狀伴隨呼吸道症狀而來。對大部份的健康成年人而言，通常大概約可在 1 週內康復，而有些人咳嗽及身體不舒服的症狀可持續超過 2 週，少數得病者可能出現嚴重併發症，常見併發症狀為肺炎、腦炎、心肌炎及其他嚴重之繼發性感染或神經系統疾病等。高危險族群包含 65 歲以上長者、幼兒及孕婦、免疫功能不好的人，以及有氣喘、心血管、糖尿病、肺臟、肝臟、腎臟等慢性疾病或  $\text{BMI} \geq 30$  的人(衛生福利部疾病管制署，2024)。

流感主要透過飛沫傳染，潛伏期約 1~4 天，感染的人咳嗽、打噴嚏時所產生飛出來的口沫或鼻涕，在空氣中飄可能會直接進入他人的口鼻中或吸入肺裡，讓其他人也可能會被感染，飛沫傳染這個方式是大多數專家認為機率最高的傳染方式。接觸傳染也是方法之一，比較之下發生可能比較低，但其實摸到已經被污染的東西外層的口沫或鼻涕後，假設沒有將病毒洗掉之前、就摸到碰到自己的眼口鼻，也可能間接造成感染。流感病毒以秋天冬天天氣變冷時最易發生流行，所以通常在天氣變冷時，流感的傳染威力會慢慢增強，查詢疾管署資料流感的確診數量統計圖表，發現台灣大約從 11 月開始流的疫情緩慢上升，到隔年的農曆春節附近會達到傳染的高峰，差不多在 3 月後則會慢慢下降減少(親子天下，2023)。

查詢疾病管制署網站得知，流感病毒有 ABCD 總共 4 型，其中只有 A 型及 B 型可以引起季節性流行，近年來台灣主要流行的季節性流感病毒型別是 A(H3N2)、A(H1N1) 以及 B 型流感，又以素 N 抗原神經胺酸酵素、H 抗原血球凝集進行細分，H 抗原一共有 16 種，N 抗原一共有 9 種；在台灣流感是屬於第四類傳染病，AA 型流感型主要症狀包含：發燒、頭痛、咳嗽、呼吸道症狀、身體勞累、喉嚨痛、少部分的人會有噁心、流鼻水、腹瀉以及嘔吐等症狀；B 型流感，主要症狀：頭痛、發燒、喉嚨痛、咳嗽、流鼻水、身體酸痛、嘔吐、疲倦、腹瀉。C 型流感主要症狀：頭痛、發燒、身體痠痛、疲累等，而且通常是突然發生症狀，要完全恢復所需要的時間比一般感冒還長，通常大概約需 1-2 週才能完全恢復，甚至容易引起併發症，還有可能導致死亡。D 型流病，也是正黏液病毒科，可感染豬和牛，但目前並未有人遭受感染，目前也還沒有針對性的疫苗。在衛生福利部中華民國 103 年 6 月 27 日部授疾字 1030100927 號有公告修正

「傳染病分類及第四類及第五類傳染病之防治措施」，從中華民國 103 年 7 月 1 日生效，修正了「H5N1 流感」及「H7N9 流感」等新興 A 型亞型流感合併為「新型 A 型流感」，並將這些列入為第五類傳染病新型 A 型流感，這個意思是指每年週期性有規律的於人們間流行的季節性流感 A(H1N1)及 A(H3N2)除外，偶爾出現感染人類的其他動物流感病毒，這些病毒主要感染的對象是雞、牛或豬等，屬於 A 型性流感病毒，一旦人類感染了，都統稱為「新型 A 型流感」病例(衛生福利部疾病管制署，2024)。衛生福利部疾病管制署資料顯示，全球曾經有出現造成新型 A 型流感病例的動物流感病毒包含 H1N1v、H1N2v、H3N2v、H3N8、H5N1、H5N2、H5N6、H5N8、H6N1、H7N2、H7N3、H7N4、H7N7、H7N9、H9N2、H10N3、H10N5、H10N7、H10N8 等亞型，各亞型對人類疾病嚴重度高低如下：

(1)疾病症狀嚴重：H5N1、H5N6、H7N7、H7N9、H10N3、H10N8；

(2)疾病症狀較低：H1N1v、H1N2v、H3N2v、H3N8、H5N2、H5N8、H6N1、H7N2、H7N3、H7N4、H9N2、H10N5、H10N7。

## (二)流感疫苗

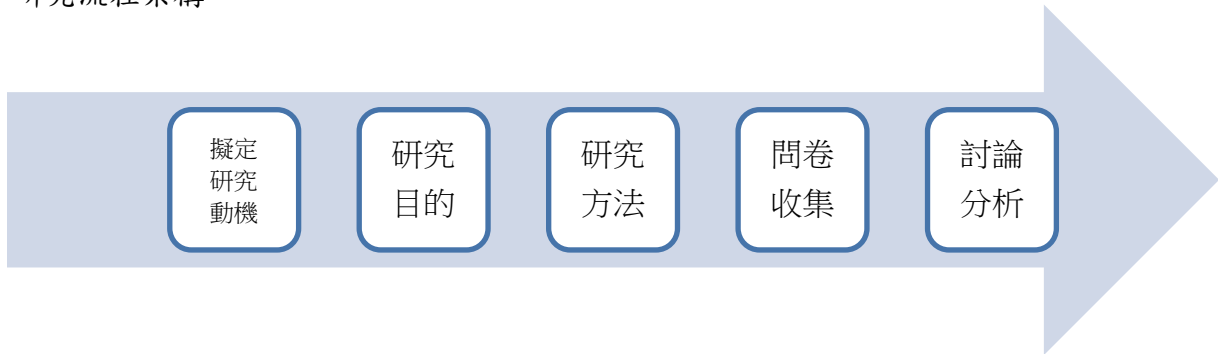
流感疫苗是一種不活化的病毒疫苗，注射進人體後，刺激人體產生抗體對抗病毒，接種疫苗後，通常 14 天後會產生有效的保護抗體，由於流感病毒非常容易產生變異，幾乎每年流行的病毒株都會稍微有不同，世界衛生組織 (WHO) 設有全球性流感病毒監測網絡，收集全球流行的病毒株，每年 3 月世界衛生組織病毒專家會依據全球實驗室的研究成果，依照分析後結果定期召開會議決定當年度最可能流行之病毒株，建議 3 株 (A/H1N1, A/H3N2, B/Victoria) 或 4 株 (另包括 B/Yamagata) 具代表性的病毒用來製作當季流感疫苗，宣布南半球與北半球建議施打的疫苗病毒株，讓大型藥廠生產，為了讓民眾施打完疫苗具有抵抗病毒的能力。流感病毒分成 A 型、新 A 型(H1N1v、H1N2v、H3N2v、H3N8、H5N1、H5N2、H5N6、H5N8、H6N1、H7N2、H7N3、H7N4、H7N7、H7N9、H9N2、H10N3、H10N5、H10N7、H10N8 等亞型)、B 型、C 型、D 型。若施打的疫苗跟當期盛行的流感病毒抗原不同，就不會有太高的保護力。就算病毒沒有變異，疫苗的成分如果相同，疫苗接種後的 4 個月到 6 個月疫苗效果就會降低，且保護力一般不到一年，所以都會建議大家每年都施打，加強防禦率。流感疫苗的保護效果，因為年齡或身體狀況不同會有每個人情況不同的狀況發生，對健康的成年人來說，疫苗會有 70~90%的保護效果，若老年人感染到流感，可能可以減少大約 50~60%的嚴重併發症，以及減少 80%的死亡率 (衛生福利部疾病管制署，2024)。

根據衛生福利部疾病管制署說明，施打疫苗的副作用分為局部性跟全身性兩個類別，局部性：接種 6~12 小時內，少數人在疫苗注射的位置可能會出現紅腫、疼痛、倦怠、發燒的反應，一般會在打完疫苗後 1~2 天會恢復。全身性：有嚴重副作用的人很少，例如立即型過敏反應、過敏性休克等情況，包括呼吸困難、氣喘、眼睛或嘴唇腫脹及心跳加速等症狀，若不幸發生通常於疫苗接種完幾分鐘至幾小時內就會出現不舒服的症狀。不是每個人都可以接種流感疫

苗，對”蛋”蛋白質或疫苗其他成份過敏者、6個月以下之嬰兒、發燒或急性疾病病人、過去注射流感疫苗曾經發生嚴重不良反應者，需要延後接種。

## 參、研究方法

### 一、研究流程架構



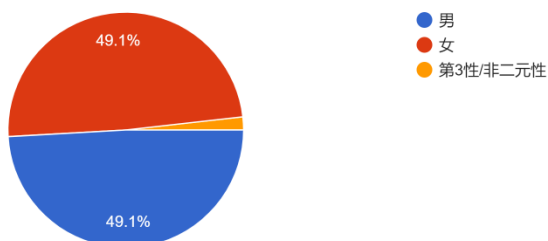
### 二、研究方法

我們的研究使用問卷調查法，經由查詢流感相關的文章、書籍及文獻資料後，組內討論後我們選擇使用自編問卷。我們利用 Google 表單製作問卷，2024/9/2~2024/9/6 共計 5 天為問卷收集期間，以電子問卷進行，並透過老師的健康課程拜託任課班級學生協助進行問卷填答，總共收集 224 份有效問卷。

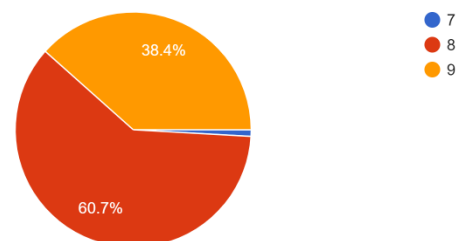
### 肆、研究結果

透過閱讀相關書籍文獻與網路資料我們設計出本研究問卷，本次研究有 224 人填答，問卷第一部分，我們收集填答者個人資料，填答人數男性共計 110 人(48.9%)、女性 110 人(49.3%)、第三性佔 4 人(1.8%)；填答者年級七年級 2 人(0.4%)、八年級 136 人(61%)、九年級 86 人(38.6%)。

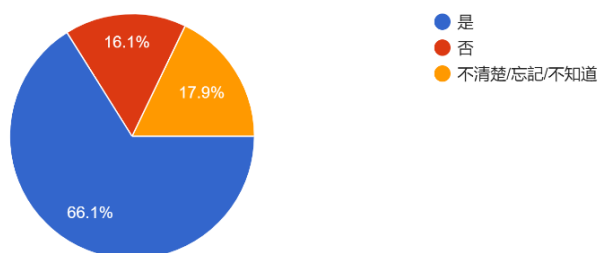
性別  
224 則回應



年級  
224 則回應



請問您是否有得過流感?  
224 則回應



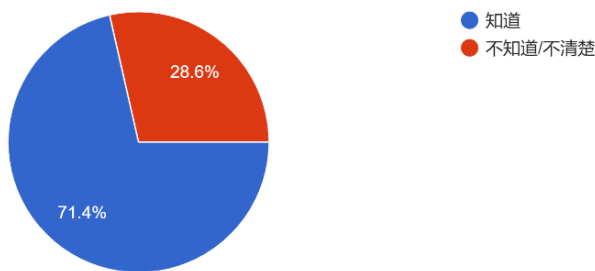
## 流感不再見?-國風國中學生對流感概念與看法之探討

在過去流感相關經驗部分，從圖表中可以看出我們填答問卷的學生，得過流感 148 人 (66.1%) 沒有得過流感 36 人 (16.1%)，有 40 人 (17.9%) 不太記得或不太知道自己有沒有曾經得到過，也可能是填答者本身可能不確定流感是什麼，所以在當初我們問卷選項設計時，有考慮到有些人可能因為不知道流感疾病，造成了問卷填答上會有困難，所以有將這個選項特別的列入，讓填答者能夠依照實際狀況更真實的回答。

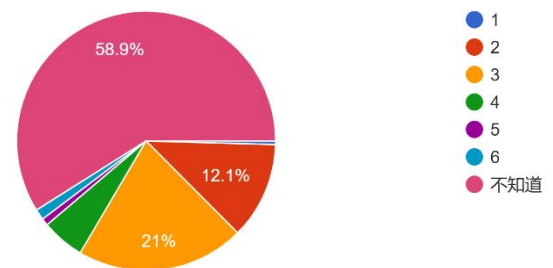
在第二部分，我們透過問卷想了解大家對於流感的認知，想了解大家對於流感的認識有沒有誤解或迷思，所以設計了題目來測驗。收集問卷的結果發現，有 160 人 (71.7%) 的人知道感冒的區別，有 64 人 (28.6%) 的人不知道流感與感冒的區別在哪；再進階詢問流感的類型，流感分為四型，正確答對率為 5.4% 只有 12 人答對，有 59.2% 的人直接填答不知道，有 35.4% 的人回答錯誤；流感流行的季節按照之前相關研究會比較流行在 11 月~3 月，因為近期全球氣候的轉變，確實真的有影響到流感的傳染狀況，在這項題目我們設計可以複選，依照大家的填答有發現，有 89 人 (39.7%) 選填不知道，有 83 人 (37.1%) 選填夏季，我們推測應該是流感的傳染近期在四季都有案例，所以可能造成有些人認為流感在不同季節都有盛行的情形。

在詢問流感傳染方式的題目，這題也是設計為複選題，大多數都有回答正確，流感以飛沫傳染 186 人 (83%) 和接觸傳染 113 人 (50.4%) 選擇，但仍有 34 人 (15.2%) 選擇昆蟲和動物傳染、31 人 (13.8%) 血液傳染、105 人 (46.9%) 食物和水傳染、43 人 (19.2%) 選擇不知道。從數據上可發現，大家對於流感的認識感覺滿不足的，經七年級下學期健康課程介紹後，對於流感的認知還有待加強，需要記住的疾病重點感覺沒有很記得在腦海裡。

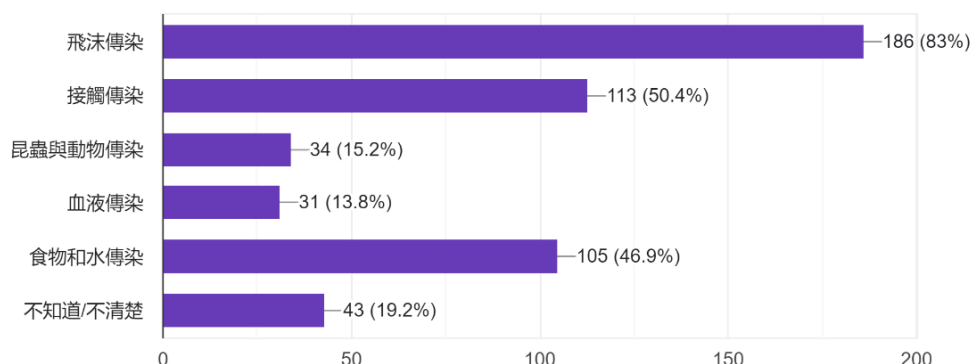
你知道流感與感冒的區別在哪裡嗎  
224 則回應



流感有幾型  
224 則回應



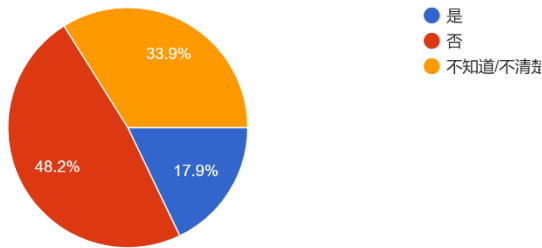
流感的傳染方式  
224 則回應



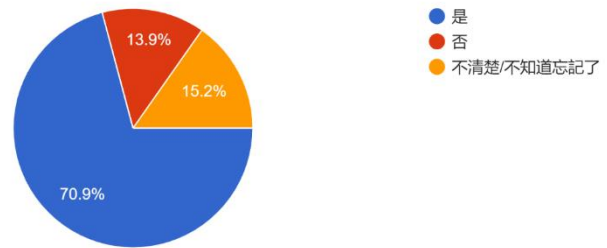
## 流感不再見?-國風國中學生對流感概念與看法之探討

題目中還有設計一題，詢問感冒者是否可以施打流感疫苗，在未發燒情況下，基本上是可以正常施打的，而且因為流感疫苗是「不活化疫苗」，也就是說疫苗中的病毒是沒有活性的病毒，所以其實感冒、拉肚子、過敏等小疾病都不會影響打疫苗，都可以正常的施打。看到數據有 48.2%(108 人)認為不能施打與 33.9%(76 人)的人不太清楚使否能夠施打疫苗，此部分的比率佔超過一半以上，更加可以知道流感的認知有不足夠的部分。

感冒者是否可以施打疫苗  
224 則回應

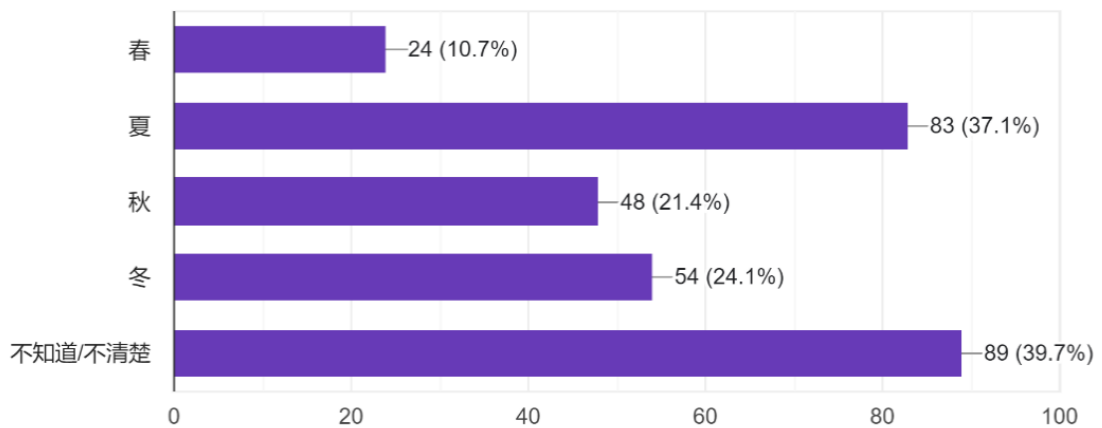


請問你/妳去年是否有施打流感疫苗  
223 則回應



## 流感的盛行季節

224 則回應

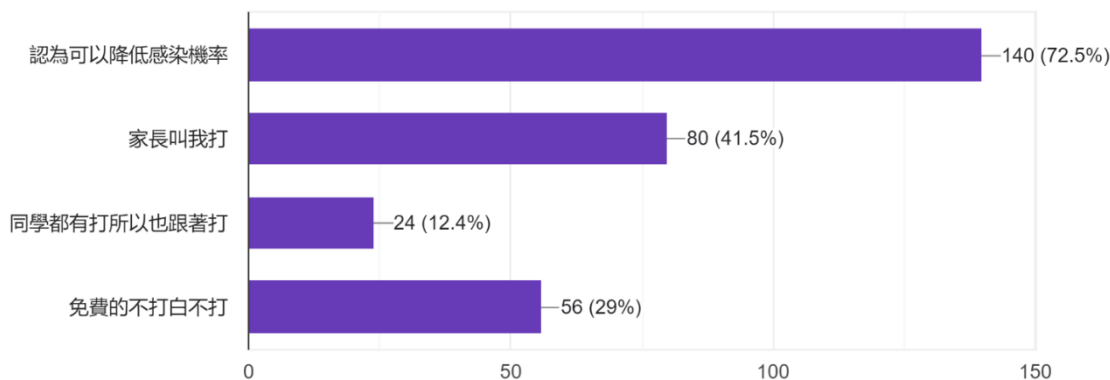


根據問卷填答結果顯示，有 158 人(70.9%)大多數人在去年都有施打流感疫苗，感覺學生對於流感疫苗的施打還是非常踴躍的，但還是有 13.9%的人(31 人)未施打與 34 人(15.2%)忘記是否有施打過，推測可能是不太清楚自己施打疫苗的狀況有沒有打或者不太知道自己打針打了什麼。

因為疫苗能有效防禦降低得到流感的機會，以及可以減少得到流感後的嚴重併發症狀，我們在問卷中，特別想知道究竟為什麼大家會有想要或不想要打疫苗的狀況，所以設計了題目做詢問來了解打流感疫苗的助力與阻力是什麼。根據調查的數據結果發現，有 140 人(72.5%)選擇因為認為可以降低感染率所以施打，可見大家認為預防疾病的重要性大家很看重會很在意，80 人(41.5%)選擇家長叫學生打就打、24 人(12.4%)選擇同學們也有打所以也跟著打、56 人(29%)選擇免費的不打白不打，可以知道若有身旁親人友人一起支持施打疫苗，大家施打的意願會增加，有種好康會互相分享的動力。

為什麼想打流感疫苗

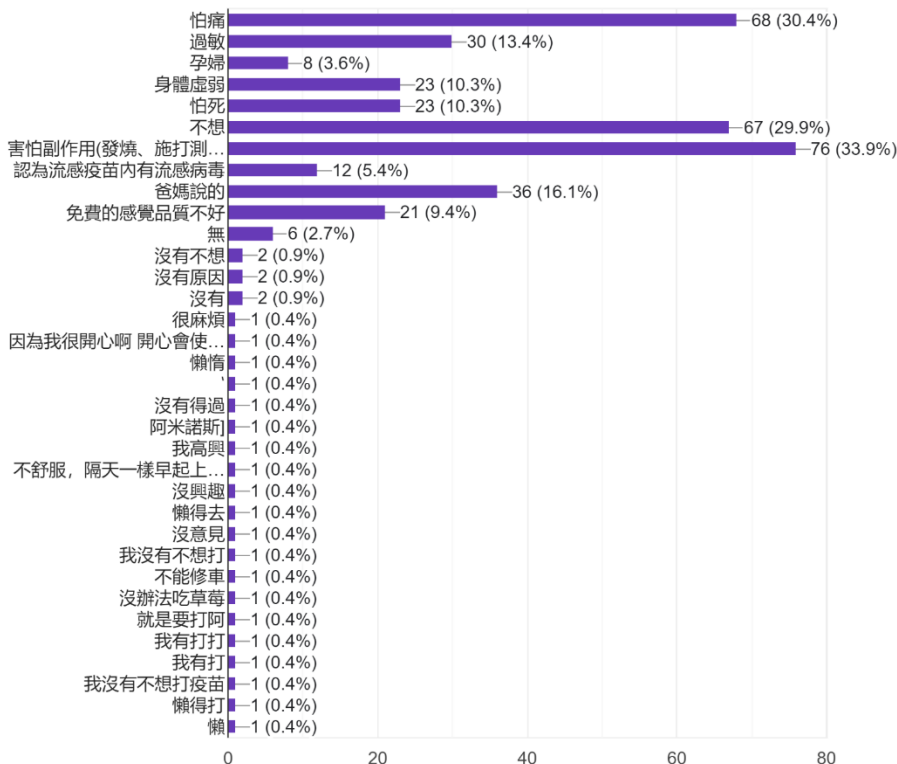
193 則回應



在詢問流感疫苗會造成不想施打的原因的題目，我們也提供複選題與自由填答區，讓填答的人能夠真實的回答不想打疫苗的原因，發現大多數原因是因為怕痛(30.4%)、有過敏(13.4%)、身體虛弱(10.3%)、不想施打(29.9%)、害怕副作用(33.9%)，而不想打疫苗。有12人(5.4%)因為認為流感疫苗內有流感病毒，所以不敢打疫苗，但其實流感疫苗已有數十年歷史，是相當安全有效的疫苗，內含3種或4種流感病毒株，但流感疫苗是不活化疫苗，接種後不會造成流感感染。有9.4%的人填答感覺免費的品質不好，但其實無論是國產或進口的疫苗，都是經衛生福利部核可的疫苗，是非常安全的。有部分少數人覺得麻煩、因為懶惰而不想施打疫苗，或者在回答上有回答我有打疫苗、我沒有不想打疫苗、孕婦(3.6%)，可能誤解了原本這題目想了解可能不想打疫苗的原因，我們需要在題目敘述上要再敘述清楚。我們有發現有些答案感覺是故意亂填的，這些填寫的結果不太能用有點可惜，可能我們可以在選項設計上放上更多可以填答的選項。

什麼原因會讓你不想打流感疫苗

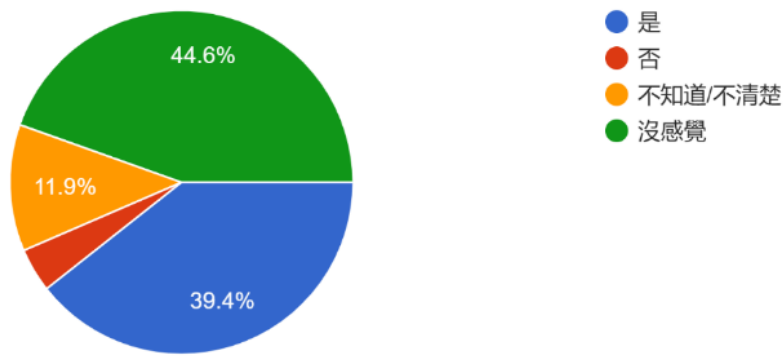
224 則回應





### 施打疫苗後得到流感的機率是否感覺有變低

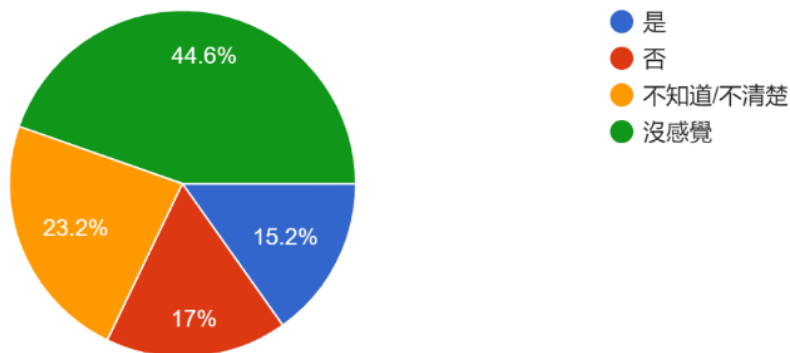
193 則回應



在問卷的設計上，我們有針對有填答去年有打疫苗的人，再進階詢問打完疫苗後，有感覺到得到流感的機會有變小嗎?收回的資料顯示，有 86 人(44.6%)回答打為疫苗沒什麼感覺到，有 76 人(39.4%)的人有感覺到得到流感的機會有比較低。我們也有詢問填答問卷的人，如果沒有施打疫苗會覺得得到流感機會變高嗎?有 44.6%的人覺得沒感覺，15.2%覺得沒施打疫苗得到流感疫苗機會變高，有 17%的人覺得不會因為沒施打而有得到流感機會變高。所以在疫苗的推廣上面，可能針對這些原因，可以再多加強與宣導疫苗的優點，也許讓人更加了解之後，會增加別人想要施打疫苗的意願，來保護他自己。

### 你覺得沒施打疫苗是否有感覺得到流感的機率有變高?

224 則回應



## 伍、研究結論與建議

### 一、研究結論

根據問卷調查結果，發現 66.1% 大部分學生都得過流感，而且對於流感的了解感覺不太清楚，包含基礎的流感傳染途徑、流感盛行季節認知，以及流感疫苗的注射相關注意事項，即便健康課程中有章節介紹到，但大家真的對於流感的認識感覺不太清楚，需要多多加強相關流感的知識，推測有可能因為流感的認識不夠，進階的可能影響到想要打流感疫苗的意願大與小;透過本次研究也有發現施打意願還是有可能因為旁邊的同學、朋友、親人的關係而

影響，且還有問到可能會造成不想打疫苗的困難原因，主要原因是因為怕痛(30.4%)、有過敏(13.4%)、身體虛弱(10.3%)、不想施打(29.9%)、害怕副作用(33.9%)。

## 二、研究建議

在這次收集問完時發現許多同學對於流感還有很多迷思誤解，而影響了流疫苗的施打意願，反而讓原本流感疫苗的好處沒有發揮到最好，很多人錯失了打疫苗的優點，因此建議，我覺得學校可以在每年詢問流感疫苗施打意願前，增加流感的宣導或者透過下課或午餐時間，可以有影片相關的宣導，透過有趣的影片破除大家對於流感的誤解，也加強大家對流感的認識，得知如何能預防流感，盡可能地避免得到流感造成身體不適，或教導遇到流感時，該怎麼辦怎麼應對，充實我們學生對流感的知識，來保障自己身體的健康。

本研究的設計是透過電子問卷收集，在問題設計題目提問敘述上、選項設計上我們需要再修改更精準一些，且問卷收集數量若可以在收集更多可能會更貼近真實情形。

## 陸、引註資料

一、中華民國體育學會期刊編輯組(2014)。APA 文獻引用之中文書寫格式與圖表的呈現。

取自 <https://dweb.cjcu.edu.tw/ShepherdFiles/C0180/File/20180124115022861.pdf>

二、親子天下(2023)。流感症狀有哪些？認識 A 流、B 流與感冒的症狀差異，掌握流感照護關鍵！取自 <https://www.parenting.com.tw/article/5095702>

三、衛生福利部疾病管制署(2024)。季節性流感防治。取自 <https://www.cdc.gov.tw/Category/QAPage/DQWXG19u2cXMH1jwGKXHug>

四、台中醫院(2020)。急性呼吸道症候群。取自 [https://www.taic.mohw.gov.tw/?aid=509&pid=109&page\\_name=detail&type=0&iid=1212](https://www.taic.mohw.gov.tw/?aid=509&pid=109&page_name=detail&type=0&iid=1212)