

# 流感肆虐！免疫力大作戰！



今年流感至 1 月 6 日止累計共 366 例，已有 18 例死亡。衛生署提醒民眾不可掉以輕心，除應養成良好呼吸道衛生及咳嗽禮節外，如出現流感徵兆者，應戴口罩儘速就醫及早治療，並依醫囑服用藥物，在家好好休養，不上班、不上學，以保護自己及他人的健康。

**提升免疫力為健康不二法則！** 會生病的人與不會生病的人的差別－在於免疫力是否強健，強化自我免疫力，才能將健康。

免疫系統正如一支精良的部隊，布滿全身、捍衛生物體，免於外敵侵犯，成員包括皮膚、胸腺、骨髓、脾臟、扁桃腺、盲腸、淋巴系統、白血球、淋巴球、單核球、抗體、干擾素等。

當免疫力衰退，使得入侵者有機可趁，大肆繁殖，大搞破壞，依侵犯部位、侵犯程度、侵犯者的強度，以及免疫系統破壞的程度，而出現各種症狀和疾病。當細菌、病毒侵犯上呼吸道，則出現感冒症狀，打噴嚏、流鼻水、咽痛、咳嗽、胸悶、聲音沙啞、發燒等症狀。有關流感疫情及相關防治措施可參閱疾管局網頁 <http://www.cdc.gov.tw>，或撥打民眾疫情通報及諮詢免付費專線 1922。

想了解免疫系統的重要嗎？[請參考這份文件](#)，謝謝。