

傳媒聯絡：Grey Healthcare

翁家琪 (Dorothy Yung)

電話：2510 6765 / 9363 0084

鄧詠茵 (Michelle Tang)

電話：2510 6805 / 6779 1210

陳家琳 (Catherine Chan)

電話：2510 6697 / 9732 3402

2011年1月24日

## 四成九本港在職人士曾被同事傳染傷風感冒 生病「頂硬上」工作間距離低於3呎易播毒 患者四處飽遭歧視 醫生籲速處理 停止感冒傳世界

根據衛生防護中心的資料顯示，本港的流感病毒已經轉趨活躍，流感病毒數目更在一星期內增加近一倍，顯示本港正進入流感高峰期。不少港人開始提高警覺，只要身旁有人出現傷風感冒病徵，便會第一時間「敬而遠之」，以免自己被感染。

為瞭解港人對傷風感冒的態度，葛蘭素史克有限公司委托港大民意研究計劃於1月3日至12日，進行「港人傷風感冒恐慌調查」，成功訪問509名25-50歲的在職人士，結果由港大民意研究計劃總監鍾庭耀博士發布。

### 一年平均被同事傳染2次傷風感冒 一兩天內傳染家人

調查發現，本港在職人士患有傷風感冒的情況非常普遍，過去一年平均患3次；甚至有約一成人(9%)患8次或以上。33%受訪者曾試過患傷風感冒後一兩天內便傳染給家人，可見傷風感冒傳播迅速。近半受訪者(49%)在過去一年曾被同事傳染傷風感冒，一年平均2次，更有逾兩成人(23%)被傳染3次或以上，足見工作環境中傷風感冒傳染情況的嚴重性。

有72%人認同近年的傷風感冒病毒，較以往「犀利」，分別約有六成人(58%及62%)覺得與數年前比較，公司的同事患傷風感冒次數較多，而且患病後，病情會惡化得較快。

### 逾半人工作環境擠迫 同事間傳染問題嚴重

54%人表示與同事之間的距離最近僅三呎或以內。工作距離近，令傷風感冒病毒更容易傳播，而且多達83%人出現傷風感冒病徵時會繼續上班，難怪近半港人在過去一年曾被同事傳染傷風感冒。

### 港現傷風感冒恐慌 歧視遍職場家庭公眾地方

帶病仍然堅持上班，66%人指身邊同事會擔心被傳染，有56%人表示曾引致更多人染病請假，影響工作。每當有同事患病，為防該人「播毒」，有過半數(51%)曾被人要求戴上口罩工作，也有不少人會對患病同事敬而遠之，不願與他說話或近距離工作(28%)。

傷風感冒患者在公共場所被歧視的情況也甚為普遍，逾8成表示曾在交通工具上見過有人出現咳嗽、打噴嚏等傷風感冒病徵，而被人眼望望(87%)、其他人立即掩鼻(86%)或身邊的人刻意保持距離(80%)。更有65%人表示，家長會立即帶小朋友離開。為免遭人歧視，有76%在公共場所盡量強忍咳嗽等病徵，可見港人因傷風感冒而備受歧視的情況並不罕見。

患上傷風感冒也影響家庭和社交生活，有超過五成(52%)人會選擇在家居「自我隔離」，減少與家人接觸。當患病時遇有朋友聚會，多達67%人為免傳染朋友而主動缺席，有12%人則曾試過被朋友拒絕讓他出席。

## 壓力大影響免疫力 形成惡性循環

註冊臨床心理學家陳皓宜相信，港人近年經歷「沙士」、「人類豬流感」等致命傳染病，提升港人對傷風感冒的防範意識，由以往的「小病小痛」變成「可以致命的病症」，故對傷風感冒病徵尤為敏感。是次調查顯示，港人在工作環境或公共地方，一見身邊有人出現傷風感冒病徵，便刻意保持距離，又會擔心自己受感染，患者即使在家亦被隔離，可見有部份港人對傷風感冒已產生恐慌。

陳皓宜提醒，備受歧視的傷風感冒患者，會因為旁人的奇怪目光而備受壓力，有機會影響身體的免疫系統，形成惡性循環。因而衍生的社會隔離(social isolation)和孤獨感均可能會削弱免疫力。她建議患者應保持個人衛生以及盡快處理傷風感冒，而其他人士則應對傷風感冒有正確認識，理性地評估被感染的機會，免卻不必要的恐慌。

## 傷風感冒三大謎思

養和醫院呼吸系統科中心主任林冰醫生指出，雖然港人對傷風感冒絕不陌生，卻存不少誤解，並逐一破解傷風感冒三大謎思：

謎思一：天氣凍，容易「凍親」患傷風感冒？

傷風感冒的先決條件是受傷風感冒病毒感染，只出現天氣寒冷而沒有接觸病毒並不會引致傷風感冒。

謎思二：近年傷風感冒菌「犀利」咗？

現有研究數據並未顯示傷風感冒菌變得較以往「犀利」，然而空氣污染嚴重，空氣中有較多刺激物，容易令上呼吸道受損，增加受傷風感冒感染的機會。

謎思三：見到人打噴嚏或咳嗽，應避之則吉？

傷風感冒病毒主要透過患者打噴嚏、咳嗽、說話時產生的呼吸道飛沫傳播，患者受感染後發病前 1 天至發病後 5 至 7 天均可傳播病毒，飛沫傳播距離約為 3 呎。若跟出現傷風感冒病徵人士有 3 呎距離，不用過份恐慌，只要注意個人衛生，避免觸摸沾有病毒的物件後再接觸口鼻已可減低受感染機會。

## 患傷風感冒強行上班 累己累人

林醫生指出，調查顯示，有多達 83% 人會帶病上班，患者倘在生病期間得不到充足的休息及治療，會令病情持續甚至更趨嚴重，部分甚至可能出現併發症。此外，帶病上班更會將病毒帶返公司傳播，逾半港人與同事之間僅相距 3 呎以下，加上本港寫字樓多採用中央空調，令病毒更易散播。根據美國一項研究指出，有 30% 受訪者曾被同事傳染傷風感冒，反觀香港調查則高達五成，可見港人快速連環播毒情況更為嚴重，更值得關注。

林醫生表示，要減少受感染的機會，港人應以正面態度面對傷風感冒。人體有一定免疫力，不用過份擔心被感染，只要多注意個人衛生，便可減少因病毒接觸口鼻而受感染的機會。患者則應自我隔離，減少傳染他人的機會，同時應盡快處理，減少播毒時間。

林醫生提醒，傷風應使用舒緩徵狀的藥物；至於感冒則應使用舒緩徵狀藥物及具治療效用的抗病毒藥物。最常用於舒緩傷風感冒徵狀的 2 類醫生選用藥物成分，包括撲熱息痛及鹽酸去甲羟麻黃鹼：

	作用
■ Acetaminophen (撲熱息痛)	■ 可抑制中樞神經系統內前列腺素之合成，並在其外圍阻擋痛感神經訊息之傳遞；它亦可通過壓抑下丘腦的體溫調節中樞以退燒 ■ 主要緩和頭重、頭痛、鼻竇疼痛，按正常份量服用，不會刺激胃部，且迅速有效鎮痛、退燒
■ Phenylephrine HCl (鹽酸去甲羟麻黃鹼)	■ 迅速而長效的鼻充血解除劑，具收縮鼻黏膜血管、抑制充血、鼻腔腫脹功效。能治療鼻塞，促進鼻道暢通

## **連續咳嗽 2 星期 影響家人生活**

Ricky 表示患傷風感冒期間，不時在公共場所被歧視。當咳得厲害時，身邊乘客會特意面向另一方向，甚至有人會自行戴上口罩，為避免尷尬，他有時會提早下車。Ricky 更試過在電梯內咳嗽太厲害時，有家長故意將小朋友「收埋」在身後，他坦言理解家長的憂慮，自己也覺得十分不好意思。

另外，Ricky 一家三口去年曾連環染病，他指自己染病後不讓 10 歲的兒子「埋身」，跟兒子的親密動作如親吻，一律禁絕，睡覺時更要與太太「背對背」，但亦不時因咳嗽影響太太睡眠。

Ricky 工作時要近距離指導同事使用電腦，同事因怕被傳染而推開他。與同事吃飯也要特意使用不同顏色的公筷，令他覺得備受隔離。「去年曾試過患流感後全身骨痛，要倚著附近的桌子才可跟客戶傾談，客戶怕受傳染所以要求我快點離開。更曾試過因咳得嚴重，要假裝聽電話走開，待咳嗽暫停才可與客戶討論。」

Ricky 平日會多休息和多做運動，以加強免疫力，及染病後服用有醫生選用藥物成份的傷風感冒藥物，以「快啲好返」，防止「傷風感冒傳世界」。

## **一舉傳染 15 人 「超級播菌者」險令公司變疫埠**

從事廣告業的林綺珊小姐因工作繁忙，去年 10 月患感冒一舉傳染超過 15 名同事。林小姐相信，致病與感冒菌肆虐及長時間工作引致抵抗力下降有關，至於傳染同事則因座位距離太近所致，「我和周邊五位同事只隔三、四呎，他們相繼在兩、三日後病倒。」

林小姐憶述當時公司差不多有三、四十人患病，所有人都指她為「播毒」原兇，更將她的工作區域定為「疫埠」，要特別隔離，盡可能避免與她接觸，更只以電話商討公事，不少未被感染的同事更要戴口罩才敢步入「疫埠」。林小姐曾於見客時強忍咳嗽及鼻水，最終按捺不住要暫離會議室，以免影響會議進行。生活方面，林小姐曾於搭巴士時遭人白眼，又曾將感冒傳染給「潺仔強」弟弟。故此，經驗豐富的她若再患感冒，會盡量爭取時間休息，如需繼續工作則會即時服食醫生常用於傷風感冒的處方成分及沒有睡意的藥物，以免影響工作。

完

有關葛蘭素史克 (GlaxoSmithKline Limited)

葛蘭素史克是一間世界領先、以科研為本的製藥公司，使命是讓人們能夠做得更多、感覺更舒適、活得更長久，從而提高生活質素。