



長新冠防疫資訊

(新冠長期症狀、新冠後遺症)

Long COVID or Post-COVID Conditions

關於 COVID-19 新冠長期症狀

根據美國疾病管制與預防中心CDC相關數據研究：

「長新冠」的定義

某些 COVID-19患者可能會受到感染長期影響健康，稱為新冠後遺症(PCC)或新冠長期症狀。人們用許多名稱來稱呼新冠後遺症，包括：新冠長期症狀、長新冠、急性COVID-19後症狀、SAR-CoV-2急性感染後遺症(PASC)、新冠長期影響和慢性新冠。

關於「長新冠」

您需要了解的訊息..

- 「長新冠」包括各種健康問題，這些症狀可能會持續數週、數月或數年。
- 重症者可能更容易出現後遺症，但任何感染COVID-19患者都可能出現「長新冠」，甚至輕症或無症狀者也會如此。
- 與接種疫苗並出現突破性感染的人相比，未接種疫苗並被感染的人更容易出現「長新冠」。
- 目前沒有針對「長新冠」的單一檢測。雖然大多數患者都有感染紀錄，但在某些情況下，「長新冠」症患者可能未檢測出病毒呈陽性或不知道自己曾被感染。

「長新冠」的症狀

患有「長新冠」的人可能會出現多種症狀，這些症狀在感染後可持續4週甚至數月。有時症狀會消失或再次出現。「長新冠」可能對每個人的影響都不一樣。患有「長新冠」的人可能會在不同的時間內出現不同類型和不同組合的症狀。大多數患者的症狀會隨著時間改善。然而對一些人來說，「長新冠」可能會在COVID-19疾病後持續數月甚至數年，也可能導致殘疾。

「長新冠」患者常出現的症狀：

一般症狀

- 異常疲倦
- 疲倦與勞動後症狀惡化
- 發燒

呼吸和心臟症狀

- 呼吸困難或呼吸短促
- 咳嗽、胸部疼痛
- 心跳過快(心悸)

神經系統症狀

- 腦霧(無法集中注意力或思考)
- 頭痛
- 失眠(睡眠問題)
- 頭暈(站起來頭昏眼花)
- 週邊神經病變(末梢麻木)
- 嗅、味覺異常
- 抑鬱或焦慮

其他症狀

- 關節疼痛
- 肌肉痠痛
- 皮疹
- 月經週期改變

消化系統症狀

- 腹瀉或腹痛

「長新冠」患者的健康狀況?

有些重症者在患病後，除了肺部還會影響其他器官或自體免疫性疾病，症狀持續數週或數月。

影響的器官，包括心臟、肺、腎、皮膚和大腦。由於這些影響，與未感染的人相比，患者更可能出現新的健康狀況，例如糖尿病、心臟病或神經系統疾病。

► 重症者可能出現的健康問題

重症及住院患者可能會出現PICS加護病房綜合症。PICS是指患者在加護病房(ICU)時出現的健康問題，並在出院後仍持續影響健康。這些影響包括肌肉無力、思考和判斷問題，以及創傷後壓力症(PTSD)。對於確診後出現PICS的人來說，很難診斷這些健康問題是由重病或病毒本身還是兩者兼具而造成的。

※「長新冠」難以解釋和管理的症狀

CDC報告顯示一些患有「長新冠」的人會出現檢測都無法解釋的症狀。詳細內容請參照CDC最新公佈資訊 ▶ <https://www.cdc.gov/>

哪些人可能患上「長新冠」

CDC正在努力了解哪些族群可能患上「長新冠」及其原因。研究表明某些族群更容易受到「長新冠」的影響。

- COVID-19 重症者，尤其是曾住院或需要加護病房的患者。
- 感染 COVID-19 病毒前，有淺在健康問題之患者。
- 未接種 COVID-19 疫苗者。
- 在 COVID-19 疾病期間或之後出現多系統炎症候群(MIS)患者。
- 一些受到健康不平等影響者，包括來自種族或少數族群和殘疾人士等。

(上述為CDC研究典型範例，不含其他更容易患上「長新冠」的個人或群體的完整列表。)

健康不平等* 族群 ▶ 可能更容易受到影響

有些人因居住、工作環境或無法獲得醫療資源而面臨感染 COVID-19 的風險。健康不平等可能會使一些種族或少數群體和一些殘疾人士更容易患上「長新冠」健康問題。CDC及科學家正在努力研究哪些因素使這些族群容易感染或出現「長新冠」的原因。

*健康不平等(Health Inequities)是指社經地位、教育程度、種族、居住地等等因素造成民眾有比較好或比較差的健康情形，而這正是社會要努力解決的公共衛生問題。

如何預防「長新冠」



接種疫苗

研究證明與未接種疫苗的人相比，接種疫苗但出現突破性感染的人報告顯示「長新冠」的發生率可能性較小。

與「長新冠」共存...

與「長新冠」共存可能會很艱難，尤其在沒有立即答案或解決方案的情況下。

但是，「長新冠」患者可以向衛生局或醫療機構尋求幫助，制定個人醫療管理計劃，以改善症狀和生活質量。查看「衛生福利部疾病管制署-新冠肺炎相關指引」，以幫助「長新冠」患者向醫療機構就診做好準備。

(CDC報告顯示，在兒童和青少年中仍有「長新冠」的症狀，如果您認為自己或孩子患有「長新冠」，請諮詢醫生。)

關於CDC對「長新冠」的數據研究

CDC正在努力使用多種方式估計「長新冠」的患者人數，藉以分析了解「長新冠」患者的狀況。(例如：一些研究是根據自我報告的症狀來尋找「長新冠」的患者，另一些研究則是收集病歷資料來尋找。此外，部分研究只關注住院的患者，另一部分研究則包括未住院的病患。) 對有多少人經歷「長新冠」的研究，估計情況可能會有很大的不同，這取決於研究的對象，以及收集信息的方式和時間。

! 研究數據下 COVID-19 患者出現後遺症的比例：

- 感染後1個月或更長時間 ▶ 13.3%
- 根據自我報告，3個月或更長時間 ▶ 2.5% (根據自我報告)
- 住院患者達6個月時 ▶ 超過30%

