

本土新冠肺炎（COVID-19）疫情，從 2021 年 5 月爆發以來，此次傳播的病毒株為 Alpha（英國變異株），與去年所面對的病毒株不同，傳播力較強，加上引發重症機率比較高，導致確診數及死亡數在短時間不斷暴增。現在更傳出傳播力比 Alpha 病毒株高出許多的 Delta 病毒株（印度變異株）群聚感染事件，到底要如何發現自己有可能被染疫了？就必須從「症狀」來認識。

新冠肺炎症狀有哪些？

根據衛福部疾管署的資料顯示，罹患新冠肺炎的確診者可能會出現以下症狀：

- 1.發燒
- 2.肌肉痠痛
- 3.疲勞、全身無力
- 4.咳嗽
- 5.噁心
- 6.腹痛、腹瀉
- 7.鼻塞、流鼻水
- 8.嗅味覺異常
- 9.頭痛
- 10.呼吸困難

新冠肺炎（COVID-19）疫情持續延燒到 2021 年，從最一開始疾管署防疫醫師鄔豪欣認為，流感跟新冠肺炎的症狀的確很相似，但「新冠肺炎比較不會肌肉痠痛」，可以用這個來判斷是不是感染者。

但仔細看這些「新確診個案」的症狀，也有許多人出現了肌肉痠痛、疲勞等症狀，甚至也有人只是流鼻水、鼻塞的「小感冒」症狀，還有人是「完全沒症狀」的狀態，表示新冠病毒已經開始變異，已經無法用單一症狀來判斷自己是不是感染。

美國疾病管制中心（CDC）則表示，罹患新冠肺炎的人出現的症狀範圍非常廣泛，從輕微症狀到嚴重疾病都有。症狀可能在接觸病毒後 2 - 14 天出現，而且任何人都可能會出現從輕微症狀演變到嚴重症狀的情形。

最新症狀資訊：新冠肺炎症狀新排名！接種疫苗後頭痛、流鼻水、打噴嚏更要注意

新冠病毒變異株症狀比較：Alpha 和 Delta 病毒有什麼不同？

感染 Alpha 英國變異病毒株的症狀有哪些？

- 1.發燒
- 2.持續咳嗽
- 3.失去嗅味覺
- 4.頭痛
- 5.疲倦
- 6.喉嚨痛
- 7.腹瀉
- 8.皮膚紅疹
- 9.手指、腳趾變紅或變紫色

根據英國國民保健署（NHS）的資料顯示，認定新冠病毒主要有三大症狀：發燒、持續咳嗽、失去嗅味覺等，而英國的臨床醫療人員也發現，除了以上三大症狀外，也可能會出現頭痛、疲倦、喉嚨痛、腹瀉等症狀。

而英國倫敦國王學院研究人員今年（2021 年）所統計的症狀，更把皮疹列為典型症狀之一。在英國的確診者中約有 20% 的患者出現皮疹，皮疹症狀包括出現幾小時就消失的蕁麻疹，尤其在眼睛或嘴唇邊出現的搔癢或塊狀浮腫就要小心。另外也有可能出現水痘型的皮疹、手指腳趾變紅或變紫色，如凍瘡的變色。

感染 Delta 印度變異病毒株的症狀有哪些？

- 1.發燒
- 2.咳嗽
- 3.喉嚨痛

最近侵台的 Delta 變異病毒，從各國經驗發現，它的傳播力高，更是導致英國延燒解封的主因，短短時間內迅速成為世界的主要病毒株，世界衛生組織（WHO）在 6 月 17 日記者會中警示，印度 Delta 變種病毒株是目前為止適應能力最強的變病毒株，症狀表現更像是重感冒，而確診者較不會出現嗅味覺異常、腹瀉，反而出現頭痛、喉嚨痛等症狀的機率較高。

中央流行疫情指揮中心專家諮詢小組召集人張上淳指出，目前新加坡學者有進行英國變異株、或印度變異株的個案，實際進行資料蒐集，依照症狀表現，可以看到以新加坡報告中，發燒 70%、咳嗽 46%，這兩個還是比較重要的臨床表現。

所以如果有這兩個症狀，加上會有鼻塞、流鼻水的症狀，那還是要盡速篩檢，來確定是不是得到這樣的相關病毒。

什麼是 Delta 變種病毒？一次看懂印度 Delta 變種病毒有什麼不同！專家分析防堵關鍵

新冠肺炎症狀和感冒、流感很像，該如何區分？

從各國的統計數據都可以看出，新冠肺炎所出現的症狀與流感，甚至是普通的感冒都非常像，所以單靠症狀是沒辦法判斷自己是不是新冠肺炎的。不過，新冠肺炎有 2 點跟流感不一樣，一個是「潛伏期比較長」，一個是「會有下呼吸道症狀」。

一、潛伏期比較長

根據流行病學的研究，流感的潛伏期大概在 1~4 天左右，病程大概在 7 天左右，而且變嚴重的速度非常的快，可能昨天還好好的，今天就突然發高燒、全身痠痛、或是其他任何不舒服到無法出門；所以如果「突然」不舒服，很有可能會是流感。

而新冠肺炎的潛伏期比較長，可能有 1~14 天左右，病程可能會拖到幾週、幾個月以上，所以除非有慢性疾病，否則病程不會這麼快就惡化；一開始可能會先有一點小症狀，然後慢慢越來越不舒服，持續 3 天以上都沒有改善，就可以懷疑是不是新冠肺炎。

二、有「下呼吸道」症狀

不過，針對那些「沒有」症狀的人來說，自己應該怎麼判斷是不是有肺炎？其實還是有一些小細節。

在那些「沒有症狀」的人身上，也有一部分透過 X 光或電腦斷層，會看到「肺炎」，所以「沒有症狀」其實是指沒有「全身」或是「上呼吸道」症狀，但可能有一些下呼吸道的症狀。

下呼吸道是指氣管、支氣管及肺部，如果症狀輕微，可能不見得會出現相關的症狀，但如果有症狀，也很可能會跟其他疾病的症狀搞混：

- 1.胸悶、胸痛。
- 2.咳嗽時胸骨後方疼痛。
- 3.走路會喘、講話會喘。
- 4.身體莫名燥熱，或特別容易覺得冷。

所以，如果出現這些看起來像「沒有症狀」的症狀，其實也可能跟新冠肺炎有關，如果再加上自己有接觸史、旅遊史的人，或是症狀持續 3 天以上沒有好轉、甚至惡化，最好還是到醫院去進行篩檢比較安心。

只是有些患者沒有警覺性，時間拖太久等到確診時已經出現嚴重肺炎、呼吸道窘迫症候群，嚴重的甚至可能出現多重器官衰竭、休克等。依據目前的流行病學資訊，患者大多數能康復，但也有死亡病例，死亡個案多具有潛在病史，如糖尿病、慢性肝病、腎功能不全、心血管疾病等。

而依照不同的所在縣市的風險來看，也會有不同的做法，像是雙北因疫情嚴峻，連台北市長柯文哲坦言：「潛在的感染源那麼多，疫情有被控制但沒有撲滅，這在個情況必須把身邊的人假想可能是確診者。」

張科提到：「如果是在雙北市比較熱區的地方，已經有呼吸道症的話，其實就直接去篩檢，因為這些地區篩檢站非常的多，但還是必須要先提先預約。」

隨著疫情變化，國內也開始引進「居家快篩」，以幫助找出社區潛在的個案，但在什麼情況下應該使用居家快篩呢？李柏鋒小兒科家醫科診所院長李柏鋒醫師就以常見的五大類情況做為區別：

- 無症狀者：不需要特別篩檢有些民眾擔心自己是無症狀感染者，如果一般在家上班的民眾不需要篩檢。
- 有症狀者、無明確接觸史：可以考慮使用居家抗原快篩（鼻腔）、居家核酸檢驗（鼻腔）、診所自費抗原快篩（鼻咽）等方式進行篩檢。
- 有症狀者、且有接觸史：請諮詢醫師可至醫院做 PCR、抗原快篩。
- 無群聚史的企業：可做企業快篩，抗原陽性再轉介至醫院做 PCR 複檢。
- 已有群聚史企業：可同時做抗原快篩、PCR。

新冠快篩怎麼做？居家快篩、篩檢採檢 5 大 QA 一次看（不斷更新：全台快篩站整理）

新冠肺炎重症 3 大徵兆

由於出現多起輕症的確診隔離者突然過世的案例，也造成大家的恐慌。對此，台北榮總胸腔部呼吸治療科主任暨重症醫學會副理事長陽光耀建議，在居家、防疫旅館、集中檢疫所進行隔離的人，請每天監測以下數值，一有異常就通報或是尋求醫療協助：

- 血氧濃度：要維持在 95% 以上。
- 血壓：要維持在 120/80 mmHg 以下。
- 體溫：要維持在攝氏 37.5 度以下。