

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。

症狀表現	新冠肺炎	感冒	流感
發燒	常見	較少	常見
咳嗽	常見	常見	常見
呼吸困難	常見	沒有	沒有
打噴嚏	較少	常見	較少
頭痛	常見	較少	常見
腹瀉	較少	沒有	常見
喉嚨痛	常見	常見	常見

新冠肺炎、感冒、流感症狀差異比較表

出現上述疑似新冠肺炎症狀要不要去篩檢（或自行篩檢）？

「如果是單純感冒的症狀，去藥房買藥吃一吃成藥通常都會好，不需要太多慮，除非吃了 2 – 3 天都沒有好，就該去看醫生，診所醫生會經過專業判斷，也許判斷是感冒，如果判斷不出來就轉介到篩檢站。」

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，「居家快篩」也變得很普及，許多個案都是民眾自行快篩而發現，快篩確實可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。