

愛自己從健康做起！ 適合成人接種疫苗指南

文·圖／社區暨家庭醫學部 醫師 胡品菁·主治醫師 賴世偉



個案分享

王小姐，25歲，未婚，目前在公家機關擔任行政工作，平時身體健康，無慢性疾病，近期沒有出國計畫。她前來家庭醫學科門診諮詢：「醫師，我從小打完兒童疫苗後，好像就沒再接再種過。成人是不是也需要打的疫苗？」

成人疫苗接種的重要性

疫苗可刺激身體產生特異性免疫反應，提供長期或終身的保護。成人接種的目的主要包括：

- ① **維持免疫力**：幼年期接種的疫苗效力會隨時間下降，成人追加接種可延續保護力。
- ② **防止疾病傳播**：特別是與嬰幼兒、老年人或免疫功能低下者同住或接觸的人群。
- ③ **預防重症及併發症**：年長者或慢性病患者感染後發生重症及併發症的風險較高。
- ④ **因職業或旅遊暴露的特殊需求**：如醫療人員、食品從業者、出國旅遊者等，可能面

臨特定傳染病風險。

- ⑤ **新興或再興傳染病防護**：如新冠肺炎、流感等，及時接種可降低感染與重症風險。

成人建議接種的疫苗

以下依常見成人族群與台灣傳染病防治諮詢會、衛生福利部疾管署和台灣家庭醫學醫學會建議整理（附件1）。

1 破傷風、白喉、百日咳疫苗

- **種類**：非活性疫苗。
- **建議對象**：成人。
- **接種時程**：每隔10年追加一劑破傷風、白喉、百日咳疫苗。
- **孕婦**：每次懷孕均建議於妊娠28～36週接種1劑破傷風、白喉、百日咳疫苗。接種後可透過胎盤將抗體傳給胎兒，保護新生兒出生後前幾個月免於百日咳感染。
- **附註**：若孕婦未在懷孕期間接種，可於產後儘早接種，以減少傳染給新生兒的風險。

附件1



台灣家庭醫學醫學會

成人預防接種建議時程表 (2025)

疫苗種類	年齡	19-26 歲	27-49 歲	50-59 歲	60-74 歲	≥ 75 歲
白喉、百日咳、破傷風疫苗 (Td/Tdap)		第一劑 Tdap, 每 10 年 Td 或 Tdap 一劑 ^o				
人類乳突病毒疫苗 (HPV9)		3 劑 (0、2、6 月)				
水痘疫苗 (Varicella)		2 劑 ^b 或補追加 1 劑 ^o				
帶狀疱疹減毒活性疫苗 (live-attenuated zoster vaccine, LZV)					1 劑	
帶狀疱疹非活性重組疫苗 (Recombinant Zoster Vaccine, RZV)		2 劑 (0、2-6 月) ^d				
麻疹、腮腺炎及德國麻疹疫苗 (MMR)		2 劑 (0、1 月) 或補追加 1 劑				
流感疫苗 (Influenza)		每年 1 劑				
肺炎鏈球菌結合型疫苗 (PCV13, PCV15)					1 劑 ^o	
肺炎鏈球菌多醣體疫苗 (PPSV23)		1 劑或 2 劑 ^o		1 劑		
A 型肝炎疫苗 (Hepatitis A)		2 劑 (0、6 月) ^b				
B 型肝炎疫苗 (Hepatitis B)		3 劑 (0、1、6 月)				
日本腦炎疫苗 (Japanese encephalitis)					1 劑 ¹	
嚴重特殊傳染性 / 新冠肺炎疫苗 (COVID-19)		1 劑 ^o				
呼吸道融合病毒疫苗 (RSV Vaccine)					1 劑	
流行性腦脊髓膜炎疫苗 B 型 (Meningococcal B vaccine)		2 劑 (0、1 月) ^b				

■ 建議施打於該年齡層無相關病史、疫苗史或血清學免疫證據者；

■ 醫病共同決策施打 (HPV 27-45 歲)；■ 建議施打於該年齡層有危險因子者；■ 無建議

a. 每次妊娠檢期，直接打一劑 Tdap。
 b. 依疫苗廠牌藥物仍單之建議時程施打。
 c. 專家共識，依依據美國 ACIP 建議則為 1980 後出生者才需要考慮施打。
 d. 曾經接種 LZV 或曾罹患帶狀疱疹者，若免疫不全者至少間隔八週後接種非活性重組疫苗，健康成人可間隔一年。
 e. 未曾接種過，建議接種 PCV 劑型，至少 1 年後 (免疫不全者 8 週) 再接種 1 劑 PPSV23。先前僅接種過 PPSV23，至少 1 年後再接種 1 劑 PCV 劑型。接種過 PCV 劑型和 PPSV23 者，滿 65 歲後和上一劑 PPSV23 間隔至少 5 年得再接種 1 劑 PPSV23。
 f. 1 劑：台灣於 106 年 5 月 22 日起改採用細胞培養之日本腦炎活性減毒疫苗。
 g. 依據美國 ACIP 建議每年應至少施打一劑最新型疫苗。依疫情需求，配合台灣 CDC 政策實行。
 h. 第二劑間隔不得少於一個月或建議可於第六個月施打，請與專業醫師討論並參考仿單資訊。

備註：本表資料彙整國內、外 ACIP, TFDA 及 FDA 之公告與專家共識為主，各疫苗施打詳情可至疾病管制署全球資訊網 (<http://www.cdc.gov.tw>)「預防接種」專區查詢。新舊疫苗交替之際，以國際現行之疫苗建議之。




【個案為例之接種建議】

以王小姐為例（25歲，健康、未婚、無出國計畫），建議如下：

疫苗名稱	理由與接種時程
麻疹、腮腺炎、德國麻疹疫苗	無疫苗接種紀錄或是麻疹 / 德國麻疹抗體陽性證明之育齡婦女，應接種2劑。
人類乳突病毒九價疫苗	25歲女性，建議接種3劑，可預防子宮頸癌與生殖器疣。
流感疫苗	可以自費接種1劑。
水痘疫苗	接種2劑，間隔4週。
肺炎鏈球菌	先打PCV13疫苗，1年後再打PPV23疫苗。
A型肝炎疫苗	接種2劑，間隔至少6個月。
呼吸道融合病毒疫苗	每次懷孕於28~36週接種1劑。
破傷風、白喉、百日咳疫苗	<ul style="list-style-type: none">• 每次懷孕於28~36週接種1劑。• 孕婦可先接種呼吸道融合病毒疫苗，間隔14天再接種破傷風、白喉、百日咳疫苗。
其他疫苗	<ul style="list-style-type: none">• 目前無自費新冠肺炎疫苗。• 若非B型肝炎感染高危險群，無須追加1劑B型肝炎疫苗。• 如無特殊職業或旅遊暴露，不必常規接種日本腦炎或流行性腦脊髓膜炎疫苗。

2 麻疹、腮腺炎、德國麻疹疫苗

- **種類：**活性減毒疫苗，懷孕期間不可接種。
- **建議對象：**計畫前往有麻疹疫情地區者、醫療照護人員或其他高暴露風險族群。

育齡婦女

- 若無接種紀錄或抗體陰性，建議接種2劑疫苗，劑間隔至少4週。
- 接種後4週內應避免懷孕。若接種後4週內發現懷孕，不需因此終止懷孕。
- **接種時程：**接種2劑，間隔至少4週。

3 人類乳突病毒九價疫苗

- **種類：**非活性疫苗。
- **建議對象：**9~45歲女性及男性皆可接種。
- **懷孕婦女：**因安全性資料有限，懷孕期間不建議接種。若在不知情下於懷孕期間接種，不需因此終止妊娠，但後續劑次應延後至產後施打。

● 接種時程：

- 9~14歲：接種2劑，間隔6~12個月。
- 15~45歲：接種3劑，時程為0、2、6個月。
- **功效：**可預防感染高危型（16、18、31、33、45、52、58）所致的子宮頸癌、外陰癌、陰道癌、肛門癌、口咽癌等，以及低危型（6、11型）引起的生殖器疣（菜花）。

4 水痘疫苗與帶狀皰疹疫苗

水痘疫苗

- **種類：**活性減毒疫苗，懷孕期間不可接種。
- **建議對象：**未曾感染水痘且未接種過疫苗的成人。
- **接種時程：**
 - 接種2劑，間隔至少4週。
 - 接種後4週內應避免懷孕。若接種後4週內發現懷孕，不需因此終止懷孕。

帶狀皰疹疫苗

- **種類：**非活性疫苗（非活性重組蛋白疫苗）。
- **建議對象：**50歲或以上成人及18歲或以上免疫低下者（例如癌症治療、器官移植、免疫抑制用藥等）。
- **接種時程：**
 - 接種2劑，間隔2~6個月。
 - 曾患過帶狀皰疹者，可於康復1年後接種，以降低復發及帶狀皰疹後神經痛風險。

5 肺炎鏈球菌疫苗

- **種類：**非活性疫苗，包括PCV13（13價疫苗）與PPV23（23價疫苗）。
- **建議對象：**成人。
- **接種時程：**
 - 從未接種PCV13或PPV23者，應先接種1劑PCV13，間隔至少1年（高風險對象間隔至少8週）再接續接種1劑PPV23。
 - 曾經接種肺炎鏈球菌疫苗者，依下列原則接種：

- 曾接種PPV23者，間隔至少1年可接種1劑PCV13。
- 曾接種PCV13者，間隔至少1年（高風險對象間隔至少8週）可再接種1劑PPV23。
- 如已接種過PCV13及PPV23者，代表已完整接種肺炎鏈球菌疫苗，無需再接種PCV13及PPV23疫苗。

● 公費接種對象

- 65歲或以上民眾。
- 19~64歲符合「侵襲性肺炎鏈球菌疾病」高風險對象定義之民眾：脾臟功能缺損、先天或後天免疫功能不全、人工耳植入、腦脊髓液滲漏、1年內接受免疫抑制劑或放射治療的惡性腫瘤者及器官移植者。
- 55~64歲原住民。
- 不符合公費資格者，建議自費接種。

6 流感疫苗

- **種類：**非活性疫苗。



示意圖非當事人

- **建議對象：**自2025年10月起，台灣針對高風險族群提供公費接種流感疫苗（附件2）。不符合公費資格者，建議可自費接種以獲得保護。
- **接種時程：**每年接種1劑。

7 新冠肺炎疫苗

- **種類：**非活性疫苗。
- **建議對象：**自2025年10月起，台灣新冠肺炎疫苗政策已調整，不再提供自費接種。現階段僅針對符合條件的高風險族群提供公費接種（附件2）。
- **接種時程：**每年至少接種1劑最新型疫苗，但疫苗接種政策將隨疫情變化與最新科學證據調整。

8 A型肝炎疫苗

- **種類：**非活性疫苗。
- **建議對象：**餐飲業從業人員、醫療照護人員、性肝病患者、血友病患者、曾接受肝臟移植者、靜脈藥癮者、男男性行為者、前往A型肝炎流行地區旅遊者或工作者。
- **接種時程：**接種2劑，間隔至少6個月。

9 B型肝炎疫苗

- **種類：**非活性疫苗。
- **建議對象：**無B型肝炎表面抗體且非帶原者、醫療照護人員、血液透析或接受頻繁輸血的病人、注射藥癮者、其他暴露風險較高者（如與B型肝炎帶原者同住、性伴侶為帶原者等）。若非B型肝炎感染高危險群，尚無須全面再追加1劑B型肝炎疫苗。惟個案可自費追加1劑。
- **接種時程：**3劑（0、1、6個月）。

補充說明

- 若非B型肝炎感染高風險族群，目前無需常規追加1劑。
- 但若抗體低於保護水準（<10 mIU/mL），或因職業、健康考量有需要者，可自費追加1劑以增強保護力

10 日本腦炎疫苗

- **種類：**活性減毒疫苗，懷孕期間不可接種。
- **建議對象：**居住或工作於畜舍、養豬場或病媒蚊活動地區之成人、前往日本腦炎流行地區（含東南亞、南亞、中國等）的旅遊或工作者、其他依醫師評估有感染風險者。
- **女性：**接種後4週內避免懷孕。
- **接種時程：**接種1劑即可產生免疫力。

11 呼吸道融合病毒疫苗

- **種類：**非活性疫苗。
- **建議對象：**
 - 60歲或以上成人。
 - 懷孕婦女（懷孕28~36週）：接種1劑可使胎兒經由胎盤獲得抗體，提供新生兒出生後前6個月內的保護力。
- **接種時程：**接種1劑，目前尚無追加接種的建議。

12 流行性腦脊髓膜炎疫苗

- **種類：**非活性疫苗。
- **建議對象：**高危險族群（脾臟功能缺損或切除者、補體缺乏症患者、HIV感染者、其他免疫功能低下者「如接受免疫抑制治療者」）、團體生活者（軍人、住宿型學校學生），或欲前往非洲「流腦帶」地區或沙烏地阿拉伯朝聖者（需出示疫苗接種證明）。

● 接種時程：

依疫苗種類有所不同，目前台灣有兩種疫苗：

- 一種是針對血清型B型：4CMenB
- 一種是針對血清型A、C、W、Y的4價結合型疫苗：MenACWY
 - ① 在台灣主要是感染血清型B型，建議接種B型（4CMenB）疫苗，接種2劑（間隔至少4週）
 - ② 4價結合型疫苗（MenACWY）：接種1劑
 - ③ 到國外者，可根據旅遊地區感染風險以及流行病學特徵，接種B型（4CMenB）

或4價結合型疫苗（MenACWY）或兩者同時接種，但需分開部位注射。

結語：維護全民健康人人有責

成人預防接種是維護全民健康的重要措施。許多成年人因認為「小時候已接種過疫苗」而忽略補強，可能造成免疫力空窗。家庭醫師在初級照護中扮演關鍵角色，應主動評估病人的年齡、職業、生活型態及既往接種史，並提供個別化的疫苗建議，以降低感染與併發症風險。🌐

附件2：衛生福利部疾病管制署公布之114年度公費流感及新冠疫苗之實施對象及開打時程

114年度公費流感及新冠疫苗 開打時間&接種對象

10.1 開打 ▶▶▶▶ 第一階段對象

公費接種對象類別	公費流感疫苗	公費新冠疫苗
65歲以上長者	○	○
55-64歲原住民	○	○
安養、長期照顧（服務）等機構之受照顧者及其所屬工作人員	○	○
孕婦	○	○
醫事及衛生防疫相關人員	○	○
幼兒園托育人員、托育機構專業人員及居家托育人員（保母）	○	○
6個月內嬰兒之父母	○	○
滿6個月以上之嬰幼兒	○ 滿6個月以上至國小入學前幼兒	○ 滿6個月以上至未滿6歲幼兒
滿6個月以上具潛在疾病者/高風險對象 (包括高風險慢性病人、BMI ≥ 30者、罕見疾病患者及重大傷病患者)	○	○ 另納入結核病、失能、精神疾病及失智症患者
國小、國中、高中、高職、五專一至三年級學生	○	×
禽畜相關及動物防疫人員	○	×

11.1 開打 ▶▶▶▶ 第二階段對象

50至64歲無高風險慢性病人	○	○
----------------	---	---

★ 接種至疫苗用罄為止

衛生福利部疾病管制署 TAIWAN CDC