



流行性感冒 就在身邊

接種疫苗
遠離流感

預防與保護

接種流感疫苗，是保護您和他人的最好方式。

- 疫苗每年都會更新，以保護您不受新型病毒的感染。
- 凡年滿 6 個月以上者，每年都應接種流感疫苗。6 個月以下的兒童年齡太小，不能接種疫苗，但其照護者應接種疫苗。
- 請盡快接種流感疫苗。不過，即使您較晚接種疫苗，還是比不接種疫苗好。

請勿傳播病菌

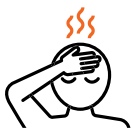


咳嗽或打噴嚏時，以手肘內側捂住口鼻。請勿用手。



以肥皂清洗雙手。

症狀包括



發燒



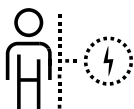
咳嗽



喉嚨痛



頭痛



身體酸痛



虛弱

深入瞭解

- 流行性感冒（流感）是很容易傳染他人的危險呼吸道感染。
- 即使健康的人，也會因流行性感冒而生重病。此病可能導致肺炎等健康問題。
- 流行性感冒可能加重原有的健康問題，例如心臟病、氣喘與糖尿病。
- 每年都有數千名紐約市民在罹患流行性感冒之後死亡。上一季的流感疫情非常嚴重。全國有超過 70 萬例流感相關的住院治療記錄，這是聯邦政府自 2003 年開始記錄跟蹤此一資訊以來的最高記錄。*
- 在 2017-2018 流感季節，有 180 名兒童死於流感。* 單單在紐約市，就有 5 名兒童死於流感。**

*資料來源：2017-2018 流感季節概況 (Summary of the 2017-2018 Influenza Season)。美國疾病控制與預防中心 (U.S. Centers for Disease Control and Prevention)。 <https://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2017-2018.htm>。2018 年 9 月 26 日取得。

**資料來源：每週流感監控報告 (Weekly Influenza Surveillance Report)。紐約市健康與心理衛生局。 <https://www1.nyc.gov/site/doh/providers/health-topics/flu-alerts.page>。2018 年 9 月 26 日取得。

取得免費或低價流感疫苗

向您的健康照護提供者諮詢流感疫苗。包括 Medicaid 在內的大部分保險計劃均可支付該疫苗。

請前往離您最近的藥局。許多藥局皆提供成人流感疫苗接種，有些則可為兩歲以下的兒童提供疫苗接種。

查詢工作場所是否提供疫苗。

造訪衛生局的疫苗診所或者市立診所或醫院。這些地方向所有患者與看診者提供免費或低價流感疫苗。

撥打 311，造訪 nyc.gov/flu 或傳送簡訊「flu」（流感）至 877877，依照社區或郵遞區號搜尋疫苗接種地點。

您知道嗎？

年齡介於 6 個月至 5 歲之間並且在紐約市持照托兒所或幼兒園、啟蒙或學齡前機構上學的兒童均須於每年 7 月 1 日至 12 月 31 日期間接種一劑流感疫苗。

若您罹患流行性感冒

請避免傳染給他人。請待在家中，避免與他人密切接觸，直到您的發燒症狀在未服用非處方藥物的情況下消失至少 24 小時。

請諮詢您的健康照護提供者，了解治療流感的抗病毒藥及其他藥物。這些藥物可以幫助您更快恢復健康，避免病情加重。

流感併發症的高風險族群包括

- 孕婦
- 5 歲以下的幼童（尤其是 2 歲以下）
- 50 歲以上的成人（尤其是 65 歲以上）
- 具有特定健康問題的人士，包括：
 - 糖尿病
 - 心肺疾病
 - 氣喘
 - 鐮型血球貧血症
 - 腎臟病或肝病
 - 代謝異常
 - 免疫系統虛弱，例如癌症治療期間或感染 HIV
 - 可能導致呼吸問題的疾病，例如癲癇，以及神經與肌肉失調
- 嚴重過胖的人士
- 接受長期阿斯匹靈治療的兒童與青少年（6 個月至 18 歲）
- 居住在療養院或其他照護機構的人士
- 美國印地安人與阿拉斯加原住民

若您是醫護人員或上述高風險族群的健康照護工作人員，請務必接受疫苗接種。

尋找接種疫苗的地點：
造訪 nyc.gov/flu。

深入瞭解：造訪 cdc.gov/flu。

使用我的疫苗記錄，持續追蹤
貴子女的疫苗接種：造訪
nyc.gov/myvaccinerecord
以瞭解更多資訊。

 @nychealthy

 nychealth

 @nychealthy

