

你是否容易感染流行性感冒？

Flu - Are You at Risk?

流行性感冒（流感）是由不同类型的过滤性病毒所引致的传染病。在冬季较为流行。因为流行性感冒的病毒在人口稠密和空气不流通的室内，特别容易由直接接触或通过呼吸系统而传播。

流行性感冒的徵状通常来得很突然如发高热、发冷、头痛、肌肉酸痛、喉笼痛、乾咳、鼻塞或流鼻水。腹泻、噁心和呕吐亦可能会同时发生。



流感预防针是用鸡蛋内培植并经杀灭的病原菌製成。接受预防疫苗不但不能使你患上流感，反而帮助你产生对

抗流感的抗体。接受预防疫苗後可能有的轻微反应包括发热，疲倦及肌肉酸痛。

谁需要接受流行性感冒防疫苗？

疾病控制与预防中心（CDC）建议除在极少数情况外，年龄为6个月或以上的人士应接种流感疫苗。如果不确定这是否适用于您，请咨询您的医护人员。

如果您对蛋类食品特别过敏，就不应接受流感预防疫苗。

何时应接受流行性感冒预防疫苗？

因为流行性感冒的病毒每年都不同，所以最

好每年都接受一次防疫注射。最好待预防疫苗一面世，就马上接受注射。流行性感冒流行季节通常十月初便开始，一直延至来年五月份。流行性感冒最猖獗的季节，是一月至二月。若你感到任何不适并有发高热的现象，应等到完全康复後才接受预防疫苗。

治疗方法

在发病的头一两天内服用抗过滤性病毒药物有助於缩短流感持续的时间及其严重程度。流行性感冒通常是没有特别治疗方法的。可服用成药以减轻流感的徵状。一般来说，流行性感冒的徵状会持续约一星期。但如果同时受到细菌感染，如气管炎或肺炎等，便需要服用抗生素。以下的建议可以帮助您减轻患流行性感冒的不适：

1. 多休息
2. 饮大量流质以除痰和补充水份，预防脱水
3. 使用喷雾机以减轻呼吸道不适
4. 服用亚士匹灵 (Aspirin) 或 Acetaminophen (如 Tylenol) 以降低体温，减轻肌肉酸痛和头痛。
5. 含有亚士匹灵成份的感冒药物不宜给儿童及青少年服用，以防患上雷伊氏综合症 (Reye's Syndrome) 的可能性（一种罕见而危险的疾病，会影响脑部及肝脏）
6. 避免烟酒

如果您想得到更多關於流行性感冒的资料，请询问您的医生或与当地卫生局联络。