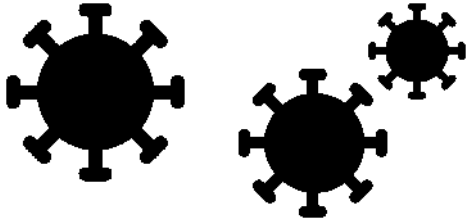


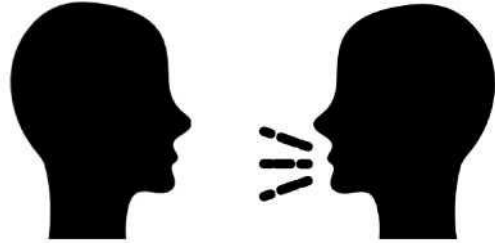


# 流行性感胃(流感)

资料单



流行性感胃（通常被称作“流感”）是由流行性感胃病毒导致的；这种病毒会感染鼻部、喉部和肺部。这种流感还会引致特定人群的严重疾病和威胁生命的并发症。



这种流感通常是通过咳嗽或打喷嚏在人与人之间传播。某人如果触碰了带有流感病毒的表面，然后再去碰你的嘴或鼻子，就有可能患上流感。

## 常见体征和症状



发烧



干咳



咽喉痛



头痛



肌肉酸疼



感觉十分疲劳

流感的体征和症状包括发烧、干咳、喉咙疼、头疼、肌肉酸疼、流鼻涕或鼻塞，以及感觉十分疲劳等。孩童另外还会有恶心、呕吐和腹泻等症状。这些体征和症状通常在被感染1-4天以后出现，平均在2天以后出现。



如果您认为您自己得了流感，请咨询您的医生。服用抗病毒药是一种治疗方式，在患病2天内开始服用效果最佳。

# 预防流感

缅因州疾病控制与预防中心建议采用“让你与流感绝缘”的方法：



每年接种一支  
流感疫苗



用肥皂和水洗手



感觉不适时留在  
家中



咳嗽时用纸巾遮掩

## 1. 每年接种一支流

- 这是预防流感的唯一最佳方法。
- 在您接种疫苗两周后您的身体就可建立起保护。
- 流感病毒有很多种菌株且每年都在变化。因此每年都接种流感疫苗非常重要。

## 2. 洗手

- 流感病毒能在坚硬的表面上存活2-8个小时。

## 3. 感觉不适时请留在家中

- 绝大多数健康的成人会在出现症状的1天前到5天之后这个时间段内让他人患病。

## 4. 咳嗽时请遮掩口鼻

- 患有流感的人咳嗽或打喷嚏时，其唾液液滴可能会落到别人的嘴或鼻子上。

# 新流感



- 新流感指与人类季节性流感病毒不同的流感菌株。
- 新流感病毒通常不会感染人，但是偶尔也会出现人被感染的情况。
- 新流感由动物传给人。绝大多数新流感病例都是由与猪和禽类接触导致的。
- 通常情况下新流感症状与季节性流感相似。

要了解更多信息，请访问：



1. [www.maineflu.gov](http://www.maineflu.gov)
2. [www.cdc.gov/flu](http://www.cdc.gov/flu)

您也可以拨打电话1-800-821-5821联系缅因州疾病控制与预防中心。