

## 如果我生病了， 我該怎麼辦？

如果您有流感的症狀，並且在醫學上有風險，請跟當地的醫生聯繫。

## 關於流感的 事實

- 新州每年有70萬至140萬人得流感
- 新州每年有800至1000人死於流感相關疾病
- 單單一個噴嚏就可能含有多達200萬個微小的病毒個體
- 噴嚏飛濺速度高達160公里/小時，可能飛濺到1.5米遠
- 流感病毒可能在一些硬物品的表面存活長達兩天
- 如果手不洗，流感病毒可能上面停留長達30分鐘

## 更多資訊

向全科醫生查詢，或打電話給當地的公共衛生部門，號碼是  
1300 066 055

NSW HEALTH INFLUENZA PAGE  
[www.health.nsw.gov.au/flu](http://www.health.nsw.gov.au/flu)

NSW HEALTH IMMUNISATION PAGE  
[www.health.nsw.gov.au/immunisation](http://www.health.nsw.gov.au/immunisation)

IMMUNISE AUSTRALIA PROGRAM  
[www.immunise.health.gov.au](http://www.immunise.health.gov.au)

NATIONAL CENTRE FOR IMMUNISATION  
RESEARCH AND SURVEILLANCE  
[www.ncirs.edu.au](http://www.ncirs.edu.au)



April 2017 © NSW Health. SHPN (CHP) 170212.  
Are you at risk of severe flu? Traditional Chinese



## 您是否有 嚴重流感的風險？

即使您還年輕，或者其他方面還好，根據您的身體狀況，嚴重流感的風險也可能較高。



Are you at risk of  
severe flu?  
TRADITIONAL CHINESE

## 嚴重流感風險高的人

按照全國免疫接種計劃，凡年齡在六個月以上、有以下情況者都可以免費注射季節性的流感疫苗：

- 有**心臟病**
- 有**肺病**或嚴重**哮喘**等慢性呼吸道疾病
- 上一年患有**慢性疾病**——包括**糖尿病**和**腎衰竭**——而需要定期醫療跟蹤或住院
- 有**慢性神經疾病**，包括多發性硬化症和癲癇
- 由於治療或疾病——包括愛滋病病毒感染、癌症治療和使用慢性皮質類固醇——而引起的**免疫力受損**
- 年齡在5-10歲，並**長期採用阿司匹林治療**

以下人群也可以免費注射流感疫苗，而且最好這樣做：

- 65歲及以上的所有人士
- 所有孕婦
- 所有6個月至5歲的原住民
- 所有15歲及以上的原住民

如果您不肯定，請諮詢您的醫生。

## 每年注射流感疫苗 是防止流感的最佳方式

嚴重流感風險高的人每年都應該注射流感疫苗。

每年都會研製一種新的季節性流感疫苗來訓練身體產生對當前的流感病毒株的抵抗力。

像所有藥物一樣，注射流感疫苗有出現副作用的小風險，比如注射部位的暫時疼痛。流感疫苗不包含任何活病毒，不會讓人得流感。

## 流感如何傳播？


流感是通過下列方式傳播的：

- 通過受感染的人咳嗽或打噴嚏時形成的飛沫傳播
- 通過接觸沾有帶菌飛沫的表面傳播。

感染流感的人在出現症狀前就能傳播流感，從開始症狀之前到出現症狀後5-7天的期間都能傳染。幼兒和免疫系統較弱的人有傳染性的時間可能更長。

流感是一種由流感病毒引起、通過接觸傳染的呼吸道感染。

大部分人幾天後可能痊癒，但有些人會因流感而死亡。新州每年估計有800-1000人死於流感相關疾病。



關於在醫學上有風險的人  
免費注射流感疫苗，  
請向醫生諮詢。