

## 家里有婴儿时的流感控制

### 流感有哪些症状？

- 发烧或感到发烧/发冷
- 咳嗽
- 喉咙痛
- 流鼻涕或鼻塞
- 肌肉或身体疼痛
- 头痛
- 疲劳（疲惫）。

流感可持续5-7天。

### 得了流感怎么办？

- 继续给孩子喂奶
- 服用扑热息痛退热
- 如果流感症状加重，请尽早去看全科医生。医生会建议可选的治疗方案，包括抗病毒药物。

### 家里有人得了流感怎么办？

- 尽可能让他们远离宝宝
- 在接触宝宝前，请彻底洗手。

### 宝宝得了流感怎么办？

- 继续使用母乳喂养
- 赶紧带宝宝去看医生
- 让宝宝远离其他人，特别是其他婴儿、孩子和孕妇。

## 紧急联系电话

24 HOUR HEALTH 热线 1800 022 222

KARITANE 1300 227 464

TRESILLIAN 1300 272 736

PARENT HELPLINE 1300 130 052 (24小时服务)

MOTHERSAFE 悉尼市区 9382 6539

非市区 1800 647 848

NSW MINISTRY OF HEALTH

[www.health.nsw.gov.au/flu/pregnancy](http://www.health.nsw.gov.au/flu/pregnancy)

NSW PUBLIC HEALTH UNITS 1300 066 055

<http://www.health.nsw.gov.au/Infectious/Pages/phus.aspx>

IMMUNISE AUSTRALIA PROGRAM

<http://www.immunise.health.gov.au/internet/immunise/publishing.nsf/Content/immunise-influenza>

NATIONAL CENTRE FOR IMMUNISATION  
RESEARCH AND SURVEILLANCE

[www.ncirs.edu.au/assets/provider\\_resources/fact-sheets/influenza-fact-sheet.pdf](http://www.ncirs.edu.au/assets/provider_resources/fact-sheets/influenza-fact-sheet.pdf)

“疫苗预防流感，也保护您的宝宝”  
是根据西南悉尼和悉尼地方卫生区的资料编写的。

# 疫苗预防流感，也保护您的宝宝。

流感是一种严重的疾病，特别在怀孕的时候。



SIMPLIFIED CHINESE



Health

## 为什么孕妇必须注射流感疫苗

流行性感冒即流感，是一种传染病，在孕期可能会引起严重问题。即使是顺利怀孕的健康女性，也可能得危及生命的流感。其他可能的并发症包括流产、早产或需要紧急剖腹产。

与没有怀孕的女士相比，得流感的孕妇住院或死亡的风险更高。如果您怀孕并出现流感症状，应该尽快与医生联系，医生可能会建议用抗病毒药物治疗。

## 流感疫苗是安全的，并且对孕妇来说是免费的

季节性的流感疫苗接种是保护您和宝宝的最佳途径。您在孕期的任何时候接种疫苗都是安全的。接种疫苗后，身体会产生抗体，帮助您和宝宝预防流感。

宝宝在出生后将得到长达六个月的保护。这很重要，因为六个月以下的婴儿不能接受流感疫苗接种，只能通过您在孕期对母亲接种来实现保护。

不到六个月的婴儿因流感入院的可能性是大一些的幼儿的十倍。

婴儿患流感后有得严重并发症的风险，特别是：

- 下呼吸道感染，例如肺炎
- 急性中耳炎（中耳感染）。

**全国免疫计划推荐孕妇免费注射流感疫苗。请立即向医生、专科医生或护士查询，免费注射季节性的流感疫苗。**



## 怎么预防流感？

接种疫苗可防止人们感染疾病。这意味着在社区中传播的疾病更少，不仅保护您，而且保护您周围那些不能接种疫苗的人，例如6个月以下的婴儿。

除了接种疫苗外，还有一些简单的事情是人人可以做的，可以防止得流感，也可以防止传染给他人：

- 咳嗽或打喷嚏时，使用一次性纸巾盖住嘴巴，并在使用后马上扔掉纸巾。
- 经常洗手，特别是咳嗽、打喷嚏或擤鼻涕后。
- 远离患有流感的熟人。
- 避免可能会有流感人群的拥挤地方。

## 流感疫苗常见问题解答

### 问：孕妇什么时候可以接种疫苗？

无论是打算要孩子的女士，还是处于孕期任何阶段的孕妇（无论何时会分娩），都可以安全地接种流感疫苗。很多孕妇都有安全使用流感疫苗的经历<sup>†</sup>。没有证据表明对发育中的婴儿有不良影响。

### 问：流感疫苗有效吗？

流感疫苗会触发身体的免疫系统产生抗体，今后一旦接触流感病毒，抗体就会抵抗流感病毒。在年轻健康的成年人中，流感疫苗预防流行性感冒的有效率高达80%。

### 问：接种疫苗有哪些副作用？

流感疫苗的副作用很温和。每十名接种流感疫苗的成年人中有一名会出现低烧、疲劳和肌肉酸痛等副作用。注射部位局部红肿也很常见。

因为流感疫苗不包含完整的流感病毒，所以接种流感疫苗不会使您得流感，也不会使您传播疾病。

### 问：如果我去年冬天已经接种疫苗了，今年还需要接种吗？

是的。每年都会研制出季节性的新流感疫苗，预期可以预防当年冬天最常见的四种流感。

<sup>†</sup>Moro PL等，“报告给疫苗事故报告系统的2009年甲型H1N1流感单价疫苗用于孕妇后的不良反应”，《美国妇产科杂志》(Am J Obstet Gynecol)。