

## 家裡有嬰兒時的流感控制

### 流感有哪些症狀？

- 發燒或感到發燒/發冷
  - 咳嗽
  - 喉嚨痛
  - 流鼻涕或鼻塞
  - 肌肉或身體疼痛
  - 頭痛
  - 疲勞（疲憊）。
- 流感可持續5-7天。

### 得了流感怎麼辦？

- 繼續給孩子餵奶
- 服用撲熱息痛退熱
- 如果流感症狀加重，請儘早去看全科醫生。醫生會建議可選的治療方案，包括抗病毒藥物。

### 家裡有人得了流感怎麼辦？

- 盡可能讓他們遠離寶寶
- 在接觸寶寶前，請徹底洗手。

### 寶寶得了流感怎麼辦？

- 繼續使用母乳餵養
- 趕緊帶寶寶去看醫生
- 讓寶寶遠離其他人，特別是其他嬰兒、孩子和孕婦。

## 緊急聯繫電話

24 HOUR HEALTH 熱線 1800 022 222

KARITANE 1300 227 464

TRESILLIAN 1300 272 736

PARENT HELPLINE 1300 130 052 (24小時服務)

MOTHERSAFE 悉尼市區 9382 6539  
非市區 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/phas.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)

“疫苗預防流感，也保護您的寶寶”  
是根據西南悉尼和悉尼地方衛生區的資料編寫的。

# 疫苗預防流感，也保護您的寶寶。

流感是一種嚴重的疾病，特別在懷孕的時候。



TRADITIONAL CHINESE



Health

## 為什麼孕婦必須注射流感疫苗

流行性感冒即流感，是一種傳染病，在孕期可能會引起嚴重問題。即使是順利懷孕的健康女性，也可能得危及生命的流感。其他可能的併發症包括流產、早產或需要緊急剖腹產。

與沒有懷孕的女士相比，得流感的孕婦住院或死亡的風險更高。如果您懷孕並出現流感症狀，應該儘快與醫生聯絡，醫生可能會建議用抗病毒藥物治療。

## 流感疫苗是安全的，並且對孕婦來說是免費的

季節性的流感疫苗接種是保護您和寶寶的最佳途徑。您在孕期的任何時候接種疫苗都是安全的。接種疫苗後，身體會產生抗體，幫助您和寶寶預防流感。

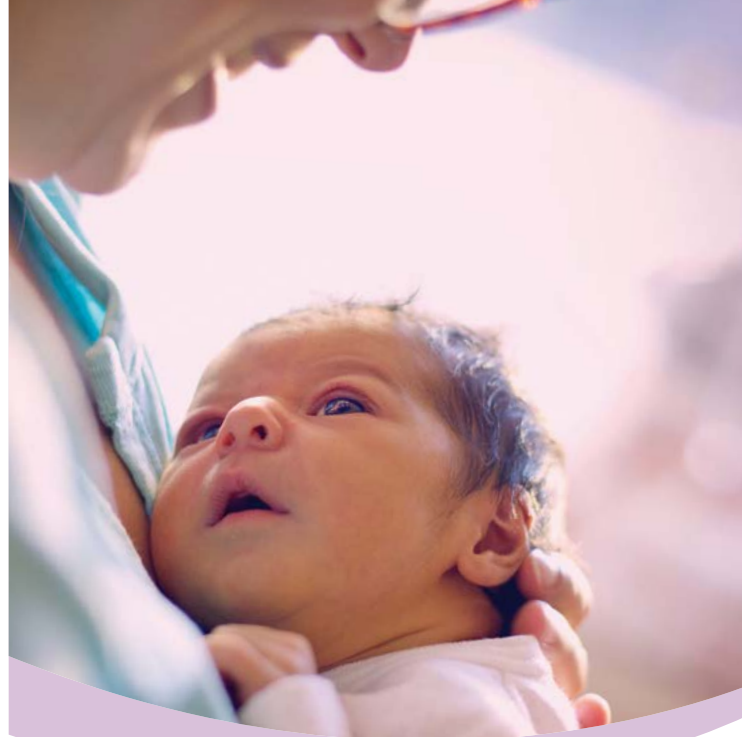
寶寶在出生後將得到長達六個月的保護。這很重要，因為六個月以下的嬰兒不能接受流感疫苗接種，只能通過在孕期對母親接種來實現保護。

不到六個月的嬰兒因流感入院的可能性是大一些的幼兒的十倍。

嬰兒患流感後有得嚴重併發症的風險，特別是：

- 下呼吸道感染，例如肺炎
- 急性中耳炎（中耳感染）。

**全國免疫計劃推薦孕婦免費注射流感疫苗。請即向醫生、專科醫生或護士查詢，免費注射季節性的流感疫苗。**



## 怎麼預防流感？

接種疫苗可防止人們感染疾病。這意味著在社區中傳播的疾病更少，不僅保護您，而且保護您周圍那些不能接種疫苗的人，例如6個月以下的嬰兒。

除了接種疫苗外，還有一些簡單的事情是人人可以做的，可以防止得流感，也可以防止傳染給他人：

- 咳嗽或打噴嚏時，使用一次性紙巾蓋住嘴巴，並在使用後馬上扔掉紙巾。
- 經常洗手，特別是咳嗽、打噴嚏或擤鼻涕後。
- 遠離患有流感的熟人。
- 避免可能會有流感人羣的擁擠地方。

## 流感疫苗常見問題解答

### 問：孕婦什麼時候可以接種疫苗？

無論是打算要孩子的女士，還是處於孕期任何階段的孕婦（無論何時會分娩），都可以安全地接種流感疫苗。很多孕婦都有安全使用流感疫苗的經歷<sup>†</sup>。沒有證據表明對發育中的嬰兒有不良影響。

### 問：流感疫苗有效嗎？

流感疫苗會觸發身體的免疫系統產生抗體，今後一旦接觸流感病毒，抗體就會抵抗流感病毒。在年輕健康的成年人中，流感疫苗預防流行性感冒的有效率高達80%。

### 問：接種疫苗有哪些副作用？

流感疫苗的副作用很溫和。每十名接種流感疫苗的成年人中有一名會出現低燒、疲勞和肌肉酸痛等副作用。注射部位局部紅腫也很常見。

因為流感疫苗不包含完整的流感病毒，所以接種流感疫苗不會使您得流感，也不會使您傳播疾病。

### 問：如果我去年冬天已經接種疫苗了，今年還需要接種嗎？

是的。每年都會研製出季節性的新流感疫苗，預期可以預防當年冬天最常見的四種流感。

<sup>†</sup>Moro PL等，“報告給疫苗事故報告系統的2009年甲型H1N1流感單價疫苗用於孕婦後的不良反應”，《美國婦產科雜誌》(Am J Obstet Gynecol)。