

流行性感冒!!豬流感!!!

於過去數月，香港受到甲型豬型流感的侵襲，香港衛生署不敢怠慢，推出多項的防疫措施，令到本港疫情受到控制。但作為精明的香港市民，我們不能夠鬆懈，因為新一季的流行性感冒(簡稱流感)即將來臨，我們必須提高警覺注意衛生，以免患上流感，影響健康。

預防季節性流行性感冒傳播亦是抗疫重要的一環。此舉不但提高大家對健康情況的警覺性；亦可減低流感病毒洗牌變種，從而減低流感大爆發之機會。我們除鼓勵大家注意個人和公眾衛生外，接種流感疫苗更是預防流感及其併發症的有效方法。根據世界衛生組織就2009-2010年度建議之病毒型號，將預防由甲型H1N1布里斯本型、甲型H3N3布里斯本型及乙型布里斯本型病毒引致之流感。

TIPS

流行性感冒(簡稱流感)是一種由病毒引致的疾病。病毒主要透過呼吸道飛沫傳播，患者會出現發燒、喉嚨痛、咳嗽、頭痛、肌肉疼痛、流鼻水及全身疲倦等徵狀。患者一般會在二至七天內自行痊癒。

預防勝於治療tips:

- 經常洗手，咳嗽和打噴嚏時遮掩口。
- 保持環境口生和空氣流通。
- 避免前往人多擠迫、空氣不流通的地方。
- 若出現流感樣病徵，就應該立即佩戴口罩及盡早求醫。
- 如遇確認患上留在家中休息，避免與人接觸，切勿上班或上學。
- 保持均衡飲食、多做運動和有充份休息以增強抵抗力。

流感疫苗 Q&A

什麼人士適合接種流感疫苗？

- 六十五歲或以上的長者
- 年齡介乎六個月至未滿六歲的兒童
- 學童
- 懷孕期間的婦女
- 醫護人員

(其他人士如欲為保障個人健康接種流感疫苗應向醫生查詢)

任何人都可接受疫苗注射？

凡對雞蛋、曾接種流感疫苗或其中成份(如新霉素、多粘菌素)有過敏反應的人士，都不宜接受流感疫苗注射。如注射當日因病發燒，可延遲至病癒後才接受注射。

注射後有沒有副作用？

流感疫苗十分安全，除了注射處可能出現輕微腫痛外，一般並無其他副作用。部分人士會在接種後6至12小時內出現發燒、肌肉及關節疼痛，以及疲倦等徵狀，這些徵狀通常會在兩天內減退。若持續發燒或不適，請諮詢醫生。

注射後是否即時有效？要隔多久才可接受注射？

不會。接種疫苗後身體約需兩星期產生抗體，來預防流感病毒。流感病毒的類型不時改變，所以每年都會就流行的菌株更新疫苗的成份，以加強保護。一般每年便需要接受一次疫苗注射。

(9歲以下兒童如第一次接受流感疫苗注射需要接受兩次注射，每次相隔一個月。其後每年只需接受一次注射。)

幼聯兒童身心成長中心會定期提供流感疫苗注射服務，費用為\$115/支，詳情請電3188 1856查詢。
地址：紅磡都會商場8樓827舖(有關疫苗資助計劃，可致電本會查詢。)

