

**Chinese (simplified) translation of:**  
*Protect yourself: catch the vaccine not the flu*  
*Seasonal flu vaccination*

## 保护自己：接种疫苗远离流感

### 季节性流感疫苗

近来，你可能经常听说不同类型的流感，特别是猪流感和季节性流感。本宣传单解释了猪流感和季节性流感的不同点，并说明为什么接种季节性流感疫苗依然重要。

#### 季节性流感是什么？

季节性流感每年都会发生，特别是在冬天。它是一种由病毒引起、高度传染的疾病。症状包括发热、发冷、头痛、肌肉酸痛、咳嗽和喉咙痛——因为季节性流感是一种病毒，所以抗生素不起作用。

人们有时会称重度感冒为流感，但是患上流感要严重得多。

#### 猪流感与季节性流感有什么不同？

猪流感是一种全新的病毒，很少有人可能会对它有免疫力。它可以在全年的任何时间发生，比季节性流感影响更多人，可能会更加严重。猪流感疫苗将在今年冬天上市，最需要它的人会优先获得接种。

#### 季节性流感会有什么危害？

首先，患上季节性流感的滋味并不好受，甚至对于一般身体健康的人也是这样。但是，它可能会引发更严重的疾病，如支气管炎和肺炎，或可能会使原有病症更加严重。

最糟的情况是，季节性流感可能会导致住院，甚至死亡。

#### 谁应接种季节性流感疫苗？

下列人群受到季节性流感影响的危险更大，应接种疫苗：

- 年龄在 **65 岁** 或以上的任何人，即使他们目前觉得自己身体健康。
- 患有下列严重疾病之一的儿童和成人：
  - 慢性肺部疾病，如哮喘；
  - 慢性心脏疾病；
  - 慢性肝病；
  - 慢性肾脏疾病；
  - 糖尿病；
  - 由于疾病或治疗（如类固醇或癌症治疗）而导致免疫力下降；
  - 慢性神经系统疾病，如中风、短暂性脑缺血发作 (TIA)，多发性硬化和中枢神经系统退化性疾病；
  - 任何其他严重疾病——如果你不能确定，请咨询你的医生。

患有上述疾病之一的孕妇无论怀孕阶段，均应接种疫苗。

- 曾因肺部感染而入院治疗的儿童。
- 住在养老院或护理院的任何人。

如果你是某位老人或残疾人的主要照护人，你应确保他们接种疫苗（如获建议）。你还应咨询你的全科医生，为继续照护你是否应接种疫苗。

### 有人不应接种疫苗吗？

如果你对鸡蛋严重过敏，那么你不应接种疫苗。如果你有任何疑问，请咨询你的医生。

### 季节性流感疫苗会造成你患上流感吗？

不会，疫苗不包含活体病毒，因此不可能引起流感。

### 疫苗有副作用吗？

流感疫苗非常安全。在注射疫苗的部位你可能会感到一些疼痛。较少情况下，在接种疫苗后的两天内，体温稍微上升，肌肉酸痛。其他反应非常罕见。

### **疫苗的工作原理是什么？**

在你接种季节性流感疫苗后的大约 1 周至 10 天内，你的身体产生对疫苗病毒的抗体。这些抗体帮助你抵御任何接触到的类似病毒。这种保护大约持续一年。

猪流感疫苗的工作原理与之类似。因为它是新病毒，你的身体从来没有接触过它，所以你将需要注射两次，以提供全面的保护。

### **疫苗的效果怎样？**

流感疫苗非常有效。季节性流感疫苗仅预防季节性流感。每年冬天都有很多其他病毒造成类似流感的症状，但是它们通常没有流感严重。

少数人甚至在接种疫苗后还会患上流感，但情况一般较未接种疫苗要轻微。

季节性流感疫苗不预防猪流感。

### **接种季节性流感疫苗的最佳时间是什么？**

在十月或十一月初接种季节性流感疫苗很重要，这样可以准备好抵御感染。接种疫苗越早，则产生保护越快。你每年都需要重新接种疫苗。

### **我怎么接种疫苗？**

联系你的全科医生诊所，前台将会告诉你在诊所接种季节性流感疫苗的安排。

在可以接种猪流感疫苗时，你会被邀请前来接种。

如需更多关于流感疫苗的信息：

请咨询你的全科医生、执业护士、地区护士或药剂师，或访问：

[www.dhsspsni.gov.uk](http://www.dhsspsni.gov.uk)

[www.nidirect.gov.uk](http://www.nidirect.gov.uk)

[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)



**Public Health Agency**, Ormeau Avenue Unit, 18 Ormeau Avenue, Belfast BT2 8HS.  
Tel: 028 9031 1611. Fax: 028 9031 1711. Textphone users/Text Relay service: 18001 028 9031 1611.