

共同预防猪流感传播！

邀请您的亲戚朋友一同采取这些简单的做法。
如果您有小孩，请时刻给他们树立良好的榜样。教他们洗手时数 20 个数，并向他们演示咳嗽或打喷嚏时怎样捂住口鼻。



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA

猪流感 预防从我做起

欲了解有关猪流感的知识，或了解患上猪流感时如何处理、如何防止病毒传播以及免费接种疫苗（预防猪流感和季节性流感）的信息，请拨打：

免费电话号码

Emilia Romagna 地区
保健服务

免费电话号码

800 033033

工作日从上午 8:30 到下午 5:30

周六从上午 8:30 到下午 1:30

接线员将把您的电话接到

当地保健组织

公共卫生部门。

Emilia-Romagna

地区保健服务的门户网站为

www.saluter.it

2009 年 10 月重新印刷



帮助保护您的健康、 防止病毒传播的有用信息

发行：保健政策部（Marta Fin、Pierluigi Macini、Alba Carola Finarelli、Claudio Po）

印刷：Betagraf, Funo (Bo) - 图片提供：Tracce, Modena

什么是猪流感 (H1N1 流感) ?

猪流感是一种急性呼吸系统病毒性感染。它由一种新型流感病毒 - H1N1 病毒引起的。事实证明, 该病毒可迅速传播至全球。猪流感的临床症状较轻微, 但是它和季节性流感一样, 可引起并发症并加重已有的慢性疾病

猪流感是如何传播的 ?

与季节性流感一样, 猪流感也是通过呼吸在人与人之间传播。传播途径包括: 感染者打喷嚏或咳嗽时飞溅到空气中的唾液、接触已感染病毒的物体 (如用过的纸巾等)、用手接触已被呼吸分泌物污染的表面、或者与患者近距离接触 (接吻、拥抱等等)。

如何保护自己和他

您可以采取一些简单的做法来减少感染病毒的风险。



洗手

每天用肥皂和清水认真地洗手数次, 特别是在咳嗽、打喷嚏或擤鼻涕后。



咳嗽或打喷嚏时总是用纸巾捂住口鼻

每次咳嗽或打喷嚏时, 请用纸巾遮掩口鼻。



丢弃纸巾

请将每次用过的纸巾扔进垃圾箱, 然后用肥皂和清水洗手。



常备卫生口罩

常备口罩, 以便在生病或帮助患者时佩戴。卫生口罩在许多店铺均有销售。



保持表面清洁

门把手、电灯开关、电话、键盘、桌子以及其他物体表面均有可能被各种细菌和病毒污染。请定期清洗和消毒。

猪流感 预防从我做起



猪流感有哪些症状 ?

流感症状包括: 突然性发烧 (通常在 38 度以上); 呼吸问题 (咳嗽、喉咙痛、感冒), 并伴随以下至少一种症状: 颤抖、肌肉疼痛、关节酸痛以及尤其常见于儿童的腹痛、腹泻或呕吐。

出现这些症状时应该怎么办 :

在家休养

多数情况下, 猪流感的症状十分轻微。为了避免疾病的传播, 您应该在家中休息, 并限制与他人接触。与他人接触时, 请戴上卫生口罩。在不必要的情况下, 即使是前往急诊部或医生诊所, 也有可能扩大疾病的传播。

咨询家庭医生或儿科医生

如果流感症状持续多日或高烧不退, 或者出现更加严重的呼吸系统症状, 请通过电话联系医生。

对于幼儿或在感染流感前已身患重病的患者, 应尽快联系其医生或儿科医生。

在流感高峰 (病毒传播至最大范围的时期) 期间, Emilia Romagna 地区已计划提供更多紧急医疗服务, 以便让全科医生 (GP) 和儿科医生更好地响应患者的需要。

咨询家庭医生或儿科医生

接种疫苗是保护自己、抵御流感病毒传播的一个基本措施。今年, 除提供常见的季节性流感疫苗接种外, 还提供针对 H1N1 病毒的特殊疫苗接种。

欲了解面向哪些人群提供免费疫苗接种 (预防季节性流感和猪流感), 以及如何接种疫苗的信息, 请拨打地区保健服务免费电话 800 033 033 (工作时间为: 工作日从上午 8:30 至下午 5:30; 周六从上午 8:30 至下午 1:30)。