



患者与照护者教育

流行性感冒

这份资料描述了流行性感冒，包括其是如何传播的以及您可以如何降低您患该病的风险。

流行性感冒，通常被称为流感，是由一种攻击呼吸系统并可导致感染的病毒引起的。

对于患有潜在疾病和免疫系统薄弱的人，流行性感冒可能会很严重。

流行性感冒的症状有哪些？

- 发烧
- 喉咙疼痛
- 发冷
- 咳嗽
- 头痛
- 流鼻涕
- 全身疼痛
- 疲倦及周身不适

流行性感冒是如何传播的？

流行性感冒是通过接触到来自受感染者鼻子和喉咙的水滴传播的。当这个人咳嗽或打喷嚏时，水滴在空气中穿行。

当水滴掉落到家具和设备上、有人触摸被细菌感染了的表面时，也可能会传播感染。

如果我有流行性感冒，医院里会采取什么隔离防范措施？

- 如果您被诊断出患有流行性感冒，您将会被安排住单人病房。
- 在您的病房门上会放置一个牌子，指示所有的工作人员或探视人员采取防范措施。
- 所有的工作人员和探视人员都必须在进入您的病房前及离开您的病房后清洁他们的双手。他们可以用肥皂和水或者以酒精为基础的消毒洗手液。
- 所有进入您的病房的工作人员及探视人员都必须戴口罩、穿黄色的隔离衣袍及戴手套。
- 如果您离开您的房间进行测试，您必须戴口罩、穿黄色的隔离衣袍及戴手套。
- 您将不能在您的病区四处走动，也不能去医院的以下区域：
 - 您所在病区的茶水间
 - 在 M15 的娱乐中心
 - 在 M9 的儿童娱乐区
 - 餐厅
 - 大厅
 - 医院的任何其他公共区域
- 一旦您不再能够传染别人，就将停止这些防范措施。

我患有流行性感冒。当我前往我的门诊预约时，我应该采取什么防范措施？

- 当您赴约签到时，如果您有任何流行性感冒的症状（咳嗽、流鼻涕、打喷嚏），请让接待的工作人员知道。他们会将您带到一间单人房间。护士将询问更多有关您的症状，并决定应该如何治疗您。
- 如果您有流行性感冒的症状，请不要坐在等候区，不要在餐厅吃饭，也不要探视正在住院的患者。

我可以做什么以降低我患上流行性感冒的风险？

- 每年注射流感疫苗是预防流行性感冒的最好方法。
- 如果您的免疫系统薄弱，请求您的家人及亲近的朋友们注射流感疫苗。
- 当您咳嗽或打喷嚏时，总是用纸巾或您的肘部挡住，而不是用您的手。
- 经常洗手或使用以酒精为基础的洗手液，特别是在您咳嗽或打喷嚏后。
- 不要共享诸如杯子、水杯、餐具或玩具之类的物品。
- 避免与任何有感冒或流感症状的人接触。
- 抗病毒药物可帮助预防或降低流感的严重程度。但不能代替每年的流感疫苗。

我可以在哪里获取有关流行性感冒的更多信息？

如果您有任何问题，同您的医生或护士交谈。您还可以登陆以下网站以获取更多信息：

疾病控制与预防中心 (Centers for Disease Control and Prevention)

www.cdc.gov/flu

纽约州卫生署 (New York State Department of Health)

www.health.ny.gov/diseases/communicable/influenza/seasonal

如果您有任何问题或顾虑，与您的医疗保健团队中的一位成员交谈。您可以在星期一到星期五、上午 9:00 点到下午 5:00 点间联络到他们，电话号码为

_____。下午 5:00 点以后、周末和节假日期间，请拨打

_____。如果没有列出号码或者您不确定，拨打 212-639-2000。

©2015 Memorial Sloan Kettering Cancer Center