Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

流感

本信息介绍了流感，包括它的传播途径以及降低感染风险的措施。

什么是流感?

流感是一种由病毒引起的疾病，它会影响您的呼吸系统，造成感染。 呼吸系统包括鼻、咽、肺。

对于自身患有癌症或其他疾病的人而言，流感是一种很严重的疾病。 对免疫系统脆弱的人也会造成严重影响。 免疫系统是由细胞、组织和器官组成的，可以帮助机体对抗疾病。 癌症和癌症治疗（如化疗）会降低免疫系统功能， 这会导致您难以抵抗流感侵袭。 一旦感染流感，出现其他问题的风险将会更高。

同时接种流感疫苗和 COVID-19 疫苗是否安全?

是的，同时接种流感疫苗与 COVID-19 疫苗及其他疫苗是安全的。 在各疫苗接种期间无需等待。 保护自己免受 COVID-19 和流感的侵袭非常重要。

流感有哪些症状?

如果您患上流感，可能会出现以下一种或多种症状：

- 发热高于 100.4°F (38 °C) 或如您的医疗保健提供者所指示

- 咽喉疼痛
- 发冷
- 咳嗽
- 呼吸问题（如呼吸急促或胸闷）
- 头痛
- 流鼻涕
- 身体疼痛
- 疲倦，全身不适

流感的许多症状与 COVID-19 症状相同。 如果您觉得自己有这些症状，请立即致电联系您的医疗保健提供者。

流感如何传播?

流感通过接触感染者鼻腔和咽喉的飞沫传播。 感染者在咳嗽或打喷嚏时，会将携带病毒的飞沫释放到空气中。 您一不小心就会吸入飞沫，受到感染。

流感也可以通过附着在受感染者周围表面的飞沫进行传播。 如果您接触过该表面，而后又触摸自己的鼻子、口腔或眼睛，您可能会受到感染。

我应该怎样做才能降低自己感染流感或将流感传染给他人的风险?

- 每年接种流感疫苗。

- 呼吁家人和朋友接种流感疫苗。
- 咳嗽或打喷嚏时始终用纸巾或手肘遮掩，而非用手。
- 洗手至少 20 秒，或经常使用含酒精成分的洗手液，尤其是在咳嗽或打喷嚏后。 请阅读我们的资源*手部卫生和感染预防* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/hand-hygiene-preventing-infection)，学习如何正确洗手。
- 请勿共用物品，如杯子、水杯、餐具或玩具。
- 避免近距离接触任何具有感冒或流感症状的人。
- 如果您患有流感，应避免近距离接触他人，直至流感症状消退。

您可以服用能预防或减轻流感症状的抗病毒药物。 您的医疗保健提供者可以为您开具这些药物。 但这些药物不能代替流感疫苗。

我可以在哪里可以接种流感疫苗?

您可以在当地药房接种流感疫苗。 访问 www.vaccinefinder.org，查询离您最近的流感疫苗接种地点。 如果您是 Memorial Sloan Kettering (MSK) 的患者，您可以在 MSK 医疗点接种流感疫苗。 请致电您的保健提供者安排预约。

我应该何时接种流感疫苗?

我们建议您在九月或十月接种流感疫苗。 无论何时都可以接种流感疫苗，但尽早接种将有助于您在整个流感季节得到保护。

接种疫苗后我还会得流感吗？

不会，流感疫苗不会引起流感。 接种疫苗后最常见的副作用有：接种部位疼痛、发红、压痛和肿胀。

如果我在医院里得了流感怎么办？

如果您在医院里患上流感，我们会采取一些特殊的安全措施，以防病毒传播。

如果您在医院里患上流感：

- 您会被安排到一间单人病房内。
- 任何进入您病房的人都需要在进入前和离开后用肥皂和水或酒精洗手液清洁双手。 您的病房门上会贴有提醒告示。
- 所有人进入您的病房时都需要佩戴口罩，穿上黄色防护服并戴上手套。 这些物品可在您的病房外领取。 您的病房门上会贴有提醒告示。
- 如果您需要离开病房去接受检查，您必须佩戴口罩，穿上黄色防护服并戴上手套。
- 您不能在病房周围走动，或者前往医院的以下区域：
    - 病房配餐间
    - M15 娱乐中心
    - M9 儿童娱乐中心以及儿科门诊护理中心 (PACC)
    - 自助餐厅
    - 大厅

- 医院的其他公共区域

在遵循这些安全措施的同时，您可以在病房内进行艺术创作或接受按摩治疗。

当您不会再将流感传染给他人时，可以停止遵循这些安全措施。 您的医疗团队将告知您什么时候停止遵循安全措施不会带来风险。

我得了流感。 我去门诊就诊时应该做什么？

- 在整个就诊期间，您需要佩戴口罩，遮掩住口鼻。
- 当您预约就诊时，前台接待人员会询问您是否有任何症状。 如果您出现任何症状，工作人员会将您带到一个独立的房间。 此时，医疗保健提供者将询问更多关于您的症状的问题，以帮助您获得所需治疗。
- 为了保持患者和工作人员的安全和健康，我们可能会更频繁地更新访客制度。 请访问 www.mskcc.org/visit 了解最新情况。
- 如果您感觉病情太严重而无法就诊，请立即致电联系您的医疗保健提供者，以便他们帮您重新安排预约。 您也可以安排进行视频看诊。 有关视频看诊的更多信息，请阅读我们的资源*MSK 视频看诊*(www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/telemedicine-visits-msk)。

我可以从何处获取更多关于流感的信息？

如果您有任何问题，请咨询您的医疗保健提供者。 您也可以访问以下网站了解更多信息：

美国疾病防控中心 (Centers for Disease Control and Prevention)
www.cdc.gov/flu

纽约州卫生部 (New York State Department of Health)
www.health.ny.gov/flu

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利