



患者与照护者教育

流感（流行性感冒）

这份资料说明了流感（流行性感冒），包括它是如何传播的以及您怎样能降低患上它的风险。

什么是流感？

流感是由影响呼吸系统（鼻、咽喉和肺）并可导致感染的病毒（病菌）引起的。

对于患有癌症或其他疾病的患者、以及那些免疫系统虚弱的人而言，流感可能会是一种严重的疾病。免疫系统由帮助身体对抗疾病的细胞、组织和器官组成。癌症和癌症治疗，比如化疗，可使免疫系统变弱。如果您患上流感，这可能会使您难以击退流感，并且可能会使您出现其他问题的风险更高。

流感的征象有哪些？

如果您患有流感，您可能会有以下1种或多种征象：

- 发烧（体温超过100.4° F [38° C]，或者超过您的医护人员指示的体温）
- 咽喉痛
- 发冷
- 咳嗽
- 头痛
- 流鼻涕
- 身体疼痛
- 疲倦和全身不舒服

如果您认为您患上了流感，立即致电您的医生。

流感是如何传播的？

流感是通过接触到来自受感染者鼻子和咽喉的飞沫传播的。当这个受感染的人咳嗽或打喷嚏时，携带病毒的飞沫就被释放到空气中。您能轻易地吸入（呼吸进）这些飞沫并受到感染。

当这些飞沫掉落到家具、设备或其他表面上，也可能会传播流感。如果您触摸了这些表面然后去摸您的鼻子、嘴巴或眼睛的话，就可能被感染。

我能做什么以降低患上流感或把它传染给其他人的风险？

- 每年接种（注射）流感疫苗。您的医护人员将让您知道打流感疫苗对您而言是否安全。
- 让家人和亲近的朋友们去接种流感疫苗。
- 咳嗽或打喷嚏时，总是用纸巾或您的肘部挡住，而不是用您的手去挡。
- 经常洗手或使用以酒精为主的消毒洗手液，尤其是在咳嗽打喷嚏后。阅读我们的资源《手部卫生和感染预防》（*Hand Hygiene and Preventing Infection*）以了解如何正确地清洁双手。
- 不要与人共享诸如杯子、喝水玻璃杯、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近距离接触。
- 如果您患了流感，避免近距离接触其他人，直至您的流感症状消退。

您可以使用抗病毒药物，这能帮助预防或减轻您的流感症状。您的医生能为您开这些处方。这些药物不应取代每年接种的流感疫苗。

如果我住院期间患上了流感，会发生什么？

如果您在住院期间患上了流感，我们将需要遵守专门的安全措施，来阻止这种传染病在人与人之间传播。

如果您在住院时患上流感：

- 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，告诉所有工作人员和探视人员，在进入您的病房前和离开您的病房后用肥皂和水或以酒精为主的消毒洗手液清洁他们的双手。
- 所有进入您病房的工作人员和探视人员在您的房间时都必须戴上口罩、穿黄色的隔离外袍并戴上手套。这些用品备置在您的房间外面可供取用。
- 如果您离开房间去做检查，您必须戴上口罩、穿黄色的隔离外袍并戴上手套。
- 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的休闲中心
 - 儿科娱乐区（在M9）以及儿科门诊中心（Pediatric Ambulatory Care Center, PACC）
 - 餐厅
 - 大厅
 - 医院的任何其他公共区域
 - 在您遵守这些安全措施的情况下，可以在您的病房里进行艺术心理治疗或按摩治疗。

当您不会再传染给其他人的时候，您可以停止遵守这些安全措施。您的医护团队将让您知道何时可安全停止。

我患有流感。当我按约去门诊看医生时，我应该做什么？

- 当您赴约签到时，如果您有任何流感征象，比如发烧、咳嗽、流鼻涕或打喷嚏，请让接待的工作人员知道。
 - 如果您确实患有流感，工作人员会将您带到一间单人房间里，由护士询问更多关于您症状的问题。
 - 如果没有可用的单人房间，工作人员将让您戴上口罩遮住口鼻坐在等候区，以阻止传染给其他人。
- 如果您有流感的征象，请不要不戴口罩就坐在等候区，不要在餐厅吃饭，也不要探视正在住院的患者。

- 如果您觉得病情重到不能按约赴诊，务必立即致电您的医生以重新预约。
- 如果您的照顾人员患有流感或出现任何流感征象，您按约赴诊时他们不应随同前往。这样他们才不会把流感传染给您或其他人。

我可以在哪里获得有关流感的更多信息？

如果您有任何问题，与您的医生或护士交谈。您还可以访问以下网站以获取更多信息：

疾病控制和预防中心（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，请与您的医护团队的成员交谈。您可以在星期一至星期五、上午9点至下午5点间联络到他们，电话号码为：_____。下午5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，请拨打212-639-2000。

流感（流行性感冒）

©2018 Memorial Sloan Kettering Cancer Center - Generated on October 3, 2018