

流感

與懷孕



爲了預防流感

咳嗽或打噴嚏時應該用紙巾遮住口鼻，或者在打噴嚏時用衣袖遮掩。將用過的紙巾棄置在垃圾桶內。

經常用肥皂和溫水洗手。含酒精的消毒潔手液也有助於滅菌。

避免觸摸自己的眼睛、鼻子或嘴。這是病菌傳播的途徑之一。

儘量避免靠近患病者。

接種流感疫苗！

懷孕婦女應同時接受

- H1N1 流感預防注射，以及
- 季節性流感預防注射

並應在開始提供此類預防注射時立即接受注射。

請您的醫生爲您進行此類預防注射。這種預防注射使用安全，並有助於保護您與您的寶寶。

患 H1N1 流感的懷孕婦女會發生嚴重的健康問題。有些懷孕婦女會發生早產和嚴重肺炎；有些人甚至會發生死亡現象。患流感後應立即打電話通知您的醫生。

若發生以下情況，應立即打電話通知您的醫生

- 與流感患者居住在一起，或負責照料流感患者；或者
- 您有下列某些或全部症狀：
 - 發燒（在大多數情況下會出現此症狀）
 - 咳嗽
 - 喉嚨痛
 - 流鼻涕或鼻塞
 - 身體疼痛，頭痛
 - 寒顫
 - 感到疲乏
 - 腹瀉，嘔吐（有時會出現此症狀）

如果您發燒，應立即服用 Tylenol®/ 泰諾（acetaminophen/ 乙醯胺酚）。應立即打電話向醫生詢問您是否需要服用治療流感的感冒藥。

如需詳細資訊，請致電加州公共衛生廳 H1N1 流感熱線電話：1-888-865-0564。

或者在網站上查詢，網址是 <http://www.cdc.gov/h1n1flu/pregnancy/>，或 <http://flu.gov/index.html>。