

流行性感冒（流感）疫苗：护理说明

Influenza (Flu) Vaccine: Care Instructions

您的护理说明

流行性感冒（流感）是一种肺部及呼吸道感染疾病。 它是由流感病毒引起的。 每年都存在着不同的流感病毒菌株或种类。 流感传播迅速。 它可能引起咳嗽、鼻塞、发烧、发冷、疲劳以及疼痛。 这些症状可能持续多达 10 天。 流感可能使您感觉不舒服，但是大部分情况下，它并不会引起其他问题。 但是对于年老或带有慢性疾病（比如心脏病或糖尿病）的人，它可能会引发严重问题。

您每年可以尽早通过注射流感疫苗来预防流感。 此疫苗可以让您远离流感。 疫苗可以预防大部分流感。 但是即便在疫苗没能预防流感的情况下，它还能缓解症状并减少流感引起问题的几率。

有时，在注射疫苗 6 至 12 小时后，免疫系统有问题的儿童和成人可能会出现低烧或肌肉疼痛的症状。 这些症状通常会持续 1 到 2 天。

后续护理是治疗和保障安全的关键环节。 一定要约定治疗时间并接受所有治疗；如有任何问题，请致电给您的医生进行咨询。 最好了解一下检查结果，并保留一份您所服用药物的清单。

哪些人应该注射流感疫苗？

年龄在 6 个月或以上的人每年都应该注射流感疫苗。 它能降低患流感或流感传播的几率。 疫苗对于可能由于流感患上其他健康问题的高危人群来说极其重要。 这包括：

- 任何年龄在 50 岁或以上的人。
- 住在长期护理中心（如疗养院）的人。
- 年龄在 6 个月至 18 岁之间的所有孩子。
- 患有慢性心脏或肺部疾病（如哮喘）的成年人和年龄在 6 个月及以上的孩子。
- 需要医疗护理或由于糖尿病、慢性肾脏疾病或免疫系统脆弱（包括人类免疫缺陷病毒（HIV）或获得性免疫缺陷综合征（AIDS））的成年人和年龄在 6 个月及以上的孩子。
- 流感季节期间怀有身孕的妇女。
- 呼吸或吞咽困难（如脑损伤或肌紊乱）的人。

- 可能将流感传染给其他因流感引发健康问题的高危人群的人。这包括所有健康护理人员和与年龄在 65 岁或以上的老人有密切接触的人。

哪些人不应该注射流感疫苗？

注射疫苗的人员会告知不要注射疫苗，如果您：

- 对鸡蛋或疫苗的任何成分严重过敏。
- 过去对流感疫苗产生过强烈反应。
- 曾患有格林 - 巴利综合症 (GBS)。
- 生病发烧。（在症状消失后再注射疫苗。）

在家如何自我护理？

- 如果您或您的孩子在注射疫苗后胳膊疼痛或有轻微发烧，请服用非处方止痛药，如醋氨酚（泰诺林）或布洛芬（艾德维尔、布洛芬制剂）。应认真阅读并按照标签上的说明服用。请勿给 20 岁以下的青少年服用阿司匹林。服用该药可引起一种严重疾病——雷氏症候群 (Reye's syndrome)。
- 请勿同时服用两种或多种止痛药，除非遵照医嘱服用。许多止痛药都含有醋氨酚（泰诺林）。服用过多醋氨酚（泰诺林）可能对身体有害。

应何时致电寻求帮助？

任何时候若需要急诊护理，请拨打 911。例如，在注射疫苗后，若发生以下情况，请拨打：

- 您对流感疫苗产生强烈反应症状。强烈反应的症状包括：
 - 严重的呼吸困难。
 - 全身突然出现大面积的红色凸起（荨麻疹）。
 - 严重的头晕症状。

如果在注射疫苗后出现症状，应立即致电您的医生或寻求直接的医疗服务。

- 您认为您对流感疫苗产生了反应，如引起了新的发烧症状。

密切关注健康状况的变化，如果出现任何问题，请务必与医生联系。

您可从何处了解更多信息 ?

转至 <https://kp.org/health>

在搜索框中输入 N880 , 以了解更多信息 "流行性感冒 (流感) 疫苗 : 护理说明 ."

目前截至: 2021年2月10日