

Santa Clara 县

Public Health Department (公共卫生局)



976 Lenzen Avenue
San Jose, California 95126

即时发布
2009 年 11 月 4 日

联系人: Joy Alexiou, 电话: 408.595.2936
公共信息官

Santa Clara 县 Public Health Department (公共卫生局)

如果您有流感症状, Public Health Department (公共卫生局) 将为您提供指导

大多数健康人得甲型 H1N1 流感后无需治疗即可康复。

San Jose, California – 在未来几周内, 甲型 H1N1 流感疫苗的供应仍将有限。Santa Clara 县公共卫生局 (PHD) 已接到通知, Santa Clara 县 85 个私人及公共医疗提供者将会在本周收到疫苗, 但数量仍然会有限。

“鉴于甲型 H1N1 流感疫苗有限, 所以很重要的一点是身体健康的人需要等待, 直到疫苗可以大量供应。” Santa Clara 县县长 Ken Yeager 表示。“大部分感染此病毒的身体健康的人无需治疗即可康复。但有危险得并发症的人可能需要住院甚至更糟, 因此应让他们首先接种疫苗, 这一点非常重要。”

因为 H1N1 疫苗有限, 公共卫生局建议以下人群应首先获得接种:

- 孕妇;
- 年龄在 6 个月和 24 岁之间的儿童和青少年;
- 与六个月以下的婴儿一起生活或对其进行照顾的人;
- 身体状况不佳, 年龄在 25 至 64 岁, 感染甲型 H1N1 流感病毒有得重病危险的人。
- 医疗及急诊服务工作者。

公共卫生局将于 11 月 7 日在 Santa Clara 县广场为以上列出的人群^{提供}问诊服务。不属于以上几类人群的人需等待, 直到有更多 H1N1 疫苗可用。其他有非常少量疫苗供应的诊所已在卫生局网站中列出。

鉴于有许多 Santa Clara 县居民还无法获得疫苗接种并因此而有些担心, 公共卫生局已提供以下指导, 告诉人们得了甲型 H1N1 流感后应该怎样做以及何时应去寻求治疗。

1. 每天进行一次健康检查。如果您或您的孩子开始有类似流感的症状，请留在家里观察病情，不要去上学或工作。甲型 H1N1 流感病征可能会很快显现，通常包括发烧、（超过 100 °F）、咳嗽、喉咙痛、流鼻涕或鼻塞、身体酸痛、头痛、发冷以及疲惫无力等。许多受 H1N1 病毒感染的人也会腹泻及呕吐。

2. 要有充足的休息并要多喝水及其他干净饮料。您可以使用非处方流感药来对您的发烧或疼痛进行治疗。请遵照生产商的指导服用。留在家里直到在不服用退烧药的情况下，至少 24 小时内不再发烧。大部分得 H1N1 病的健康人都可无需治疗而康复。

3. 如果您属于以下人群，您应该在类似流感的症状初现时同您的医疗服务提供者联系，看看是否需要服用抗病毒药物：

- 孕妇及有两周以下婴儿的母亲
- 2 岁以下的幼儿
- 有慢性病或免疫系统下降的人
- 年龄小于 19 岁并长期服用阿斯匹林进行治疗的人。
- 年龄在 65 岁以上的长者

Public Health Department（公共卫生局）已向本地医疗社区提供了指导，对这些人进行抗病毒药物治疗。抗病毒药物（药片、注射液或吸入剂）会降低病毒的繁殖能力。根据疾病控制及预防中心 (CDC) 解释，抗病毒药物应在得病后两天内开始服用。这样使用就可减轻流感症状并可防止严重的流感并发症发生。

4. 如果您是健康人且得了流感，您应该在出现下列情况时立即致电您的医生：

- 症状变得严重
- 出现呼吸气短
- 因呕吐或腹泻而脱水

5. 如果有以下情况请立即就医（如去急诊室）：

- 呼吸困难
- 突发症状（如痉挛、惊厥等）
- 胸痛
- 持续呕吐
- 功能紊乱
- 症状减轻然后又发作并伴有发烧或更严重的咳嗽。

6. 在我们等待更多疫苗到来的同时，您也有很多事情可以做，以避免受到流感病毒的感染：勤洗手及使用手消毒剂；不要用手去摸眼睛、鼻子和嘴；不要接触病人；并保持家庭或工作区域表面干净。更多有关甲型 H1N1 流感及疫苗接种诊所的信息，请访问网站 www.sccphd.org