

## Simplified Chinese

### 2009 年 H1N1 甲型流感防疫注射 PANDEMIC (H1N1) 2009 INFLUENZA VACCINE

防疫注射依然是预防流感的最好方法。流行性感冒是肺部及气道受到不同类型的流感病毒感染，而这些病毒每年在世界各地传播。在北美，最多人受流感病毒感染是在十一月至明年四月- 即流感高峰期。每年制造的疫苗是针对该年冬季可能会传播的流感病毒品种而设，以保障市民的健康。

今年冬季，2009 年 H1N1 甲型流感相信会是在亚省最主要的流感病毒，但不容忽视的依然有其它季节性流感病毒可能会传播，引致疾病。

#### **H1N1 甲型流感有什麼病徵? (What are the symptoms of pandemic (H1N1) influenza?)**

H1N1 甲型流感的病征就如一般季节性的流行性感冒。最普遍的病征有：

- 突然咳嗽和
- 发热(摄氏 38 度/华氏 100.4 度以上)

其它病征包括：

- 疲倦
- 头痛和肌肉痛
- 食欲不振
- 喉咙痛和流鼻水

患上 H1N1 甲型流感的人士有时会觉得恶心、呕吐和腹泻。大部份患者只会有轻微的症状而且在无需药物的情况下会于一星期内情况改善。小部份的人会有较严重的症状而且需要住院。如果你有严重的症状应马上见医生。比较严重的症状包括：

- 气促（呼吸急速或困难）
- 胸口痛

#### **如何预防 H1N1 甲型流感? (How can pandemic (H1N1) influenza disease be prevented?)**

- 打 H1N1 甲型流感疫苗
- 勤洗手
- 咳嗽或打喷嚏时要遮盖口鼻
- 好好照顾自己和你要照顾的人，以保持体魄强壮
- 如有病就留在家中休息

#### **H1N1 甲型流感疫苗是甚么? (What is the Pandemic (H1N1) Vaccine?)**

H1N1 甲型流感疫苗可预防新的 2009 年 H1N1 甲型流感。它不能预防季节性流感。一般人在打疫苗的 10-14 天内会产生抗体。

#### **谁应该接受 H1N1 甲型流感防疫注射? (Who should get the pandemic (H1N1) vaccine?)**

我们建议所有六个月大以上的亚省省民接种 H1N1 甲型流感防疫注射。而以下人士会有最大得益：

- 孕妇
- 6 个月以上至 5 岁以前的儿童
- 65 歲以下有长期病患人士
- 原住民
- 医护人员
- 与未满六个月大的婴儿有家居接触的人士，其嫫母，以及免疫力受损人士

#### **谁不应接受疫苗注射? (Who should not get the vaccine?)**

如果你有对鸡蛋或鸡有严重的过敏反应不建议接受注射。六个月以下儿童也不适合接受注射。

### **H1N1 甲型流感疫苗和季节性流感疫苗是否安全?**

#### **(Are pandemic (H1N1) influenza and seasonal influenza vaccines safe?)**

是。你不会因防疫注射而感染到流感。在加拿大，疫苗是经过联邦政府严谨的测试和审批程序才可使用。

### **H1N1 甲型流感疫苗会有甚么副作用? (What are the possible side effects of this vaccine?)**

反应通常都很轻微而且在注射后 48 小时内消散。在注射后的一至两日，你可能会有的：

- 注射的位置红、轻微的疼痛和/或有些肿
- 觉得不舒服和/或疲惫
- 轻微发热、发冷、头痛、肌肉酸痛和疼痛

如任何防疫注射一样，都会有意想不到或不寻常的副作用。但严重的反应却十分罕见。你可致电亚省健康连线或与你的家庭医生索取更多资料。

### **如果在注射后有反应可以怎样做? (What should you do if you have a reaction to the vaccine?)**

- 如在注射的位置有疼痛或肿，可在该处敷清凉的湿毛巾
- 如有痛或发热可根据药瓶上的指示服用乙酰氨基酚(acetaminophen)(即 Tylenol<sup>®</sup>)。成人可自行选择止痛药。

**注：**不建议 18 岁以下人士服用醋柳酸/乙酰水杨酸 Acetylsalicylic acid (ASA) 或阿司匹林 (Aspirin<sup>®</sup>) 因可能增加患上雷氏症候群(Reye's syndrome) 的危机。

- 如你有发热应该多饮流质(水，果汁)
- 如对你或你的孩子不正常的反应有疑问，你可致电亚省健康连线或向当地的公共卫生护士索取更多资料
- 如有紧急情况可致电 911

### **在那里可以接受 H1N1 甲型流感防疫注射?**

#### **(Where can I get the pandemic (H1N1) influenza immunization?)**

所有诊所都不需预约。请带备你的医疗咭、有照片的身份证明和英文住址证明。由 10 月 26 日开始你可在以下诊所接受注射。目前 H1N1 甲型流感防疫注射计划将优先分梯次处理高危人士，等到流感疫苗供应充足，将会开放给全民注射，如你想知道各梯次优先处理次序，可致电亚省健康连线查询。亚省健康连线免费电话 1-866-408- 5465。卡加利国语健康联系电话: 403-943-1554，卡加利粤语健康联系电话 403-943-1556，或浏览亚省医疗服务局网站：<http://www.albertahealthservices.ca/887.asp>。

#### **卡加利诊所位置: (Calgary locations: )**

星期一至星期四早上 8:30 至晚上 8:00，星期五至星期日早上 8:30 至下午 3:30

1. Richmond Road Diagnostic Treatment Centre, 1820 Richmond Road SW Calgary, T2T 5C7
2. Avenida Village, Unit 303, 12445 Lake Fraser Drive SE Calgary, T2J 7A4
3. Brentwood Village Mall, Unit 302, 3630 Brentwood Road NW Calgary, T2L 1K8
4. EMS Whitehorn, 100, 3705-35 Street NE Calgary, T1Y 6C2
5. Stampede Grounds(Grandstand) 1410 Olympic Way Calgary AB T2G 2W1 (NEW)
6. Olympic Oval, U of C, 2500 University Dr NW T2N 1N4

#### **爱民顿诊所位置: (Edmonton locations: )**

星期一至星期四早上 9:00 至晚上 8:00，星期五至星期日早上 9:00 至下午 4:00

1. Westmount Centre, Gorad Road and 111 Avenue, Edmonton, T5M 3L7
2. Northgate Centre, 9499-137 Avenue, Edmonton, T5E 5R8
3. Bonnie Doon Shopping Centre, 82 Avenue and 83 Street, T6C 1L1
4. Millbourne Mall, 7609 38 Ave, Edmonton, T6K 3L6
5. Rutherford Health Centre, 11153-Ellerslie Road, 2<sup>nd</sup> floor, Edmonton, T6W 0E9
6. Commonwealth Stadium – 11000 Stadium Road Edmonton Central and West AB T5J 2R7 (NEW)

至于亚省其它的诊所位置，可浏览 <http://www4.albertahealthservices.ca/immunization/> 或可致电亚省健康连线。

如你想取得更多有关疫苗的资料，可与你的家庭医生或致电亚省健康连线与注册护士联络。这个服务是每日 24 小时一星期七日提供。致电亚省健康连线免费电话 1-866-408- 5465。卡加利国语健康连线电话：403-943-1554，卡加利粤语健康连线电话 403-943-1556

资料来源: 亚省医疗服务局网页 [www.albertahealthservices.ca](http://www.albertahealthservices.ca),  
亚省卫生部网页内的流感疫苗 [www.health.alberta.ca/health-info/imm-influenza.html](http://www.health.alberta.ca/health-info/imm-influenza.html)

如你想阅读之前的「健康人生路」文章，可到浏览  
[www.Calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual\\_health\\_services.htm](http://www.Calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm)，在此你亦可得到你自己语言的有关医疗数据。