

Traditional Chinese

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

防疫注射依然是預防流感的最好方法。流行性感冒是肺部及氣道受到不同類型的流感病毒感染，而這些病毒每年在世界各地傳播。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。每年製造的疫苗是針對該年冬季可能會傳播的流感病毒品種而設，以保障市民的健康。

今年冬季，2009 年 H1N1 甲型流感相信會是在亞省最主要的流感病毒，但不容忽視的依然有其他季節性流感病毒可能會傳播，引致疾病。

H1N1 甲型流感有什麼病徵?

(What are the symptoms of pandemic (H1N1) influenza?)

H1N1 甲型流感的病徵就如一般季節性的流行性感冒。最普遍的病徵有:

- 突然咳嗽和
- 發熱(攝氏 38 度/華氏 100.4 度以上)

其他病徵包括:

- 疲倦
- 頭痛和肌肉痛
- 食慾不振
- 喉嚨痛和流鼻水

患上 H1N1 甲型流感的人士有時會覺得噁心、嘔吐和腹瀉。大部份患者只會有輕微的徵狀而且在無需藥物的情況下會於一星期內情況改善。小部份的人會有較嚴重的徵狀而且需要住院。如果你有嚴重的徵狀應馬上見醫生。比較嚴重的徵狀包括:

- 氣促(呼吸急速或困難)
- 胸口痛

如何預防 H1N1 甲型流感?

(How can pandemic (H1N1) influenza disease be prevented?)

- 打 H1N1 甲型流感疫苗
- 勤洗手
- 咳嗽或打噴嚏時要遮蓋口鼻
- 好好照顧自己和你要照顧的人，以保持體魄強壯
- 如你有病就留在家中休息

H1N1 甲型流感疫苗是甚麼?

(What is the Pandemic (H1N1) Vaccine?)

H1N1 甲型流感疫苗可預防新的 2009 年 H1N1 甲型流感。它不能預防季節性流感。一般人在打疫苗的 10-14 天內會產生抗體。

誰應該接受 H1N1 甲型流感防疫注射?

(Who should get the pandemic (H1N1) vaccine?)

我們建議所有六個月大以上的亞省省民接種 H1N1 甲型流感防疫注射。而以下人士會有最大得益:

- 孕婦
- 6 個月以上至 5 歲以前的兒童
- 65 歲以下有長期病患人士
- 原住民
- 醫護人員
- 與未滿六個月大的嬰兒有家居接觸的人士，其嫗母，以及免疫力受損人士

誰不應接受疫苗注射？

(Who should not get the vaccine?)

如你有對雞蛋或雞有嚴重的過敏反應不建議接受注射。六個月以下兒童也不適合接受注射。

H1N1 甲型流感疫苗和季節性流感疫苗是否安全？

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

是。你不會因防疫注射而感染到流感。在加拿大，疫苗是經過聯邦政府嚴謹的測試和審批程序才可使用。

H1N1 甲型流感疫苗會有甚麼副作用？

(What are the possible side effects of this vaccine?)

反應通常都很輕微而且在注射後 48 小時內消散。在注射後的一至兩日，你可能會有下列反應：

- 注射的位置紅、輕微的疼痛和/或有些腫
- 覺得不舒服和/或疲憊
- 輕微發熱、發冷、頭痛、肌肉酸痛和疼痛

如任何防疫注射一樣，都會有意想不到或不尋常的副作用。但嚴重的反應卻十分罕見。你可致電亞省健康聯線或與你的家庭醫生索取更多資料。

如果在注射後有反應可以怎樣做？

(What should you do if you have a reaction to the vaccine?)

- 如在注射的位置有疼痛或腫，可在該處敷清涼的濕毛巾
- 如有痛或發熱可根據藥瓶上的指示服用乙醯氨基酚(acetaminophen)(即 Tylenol[®])。成人可自行選擇止痛藥。

註：不建議 18 歲以下人士服用醋柳酸/乙酰水楊酸 Acetylsalicylic acid (ASA) 或阿斯匹靈 (Aspirin[®]) 因可能增加患上雷氏症候群(Reye's syndrome) 的危機。

- 如你有發熱應該多飲流質(水，果汁)
- 如對你或你的孩子不正常的反應有疑問，你可致電亞省健康聯線或向當地的公共衛生護士索取更多資料
- 如有緊急情況可致電 911

在那裡可以接受 H1N1 甲型流感防疫注射？

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

所有診所都不需預約。請帶備你的醫療咭、有照片的身份證明和英文住址證明。由 10 月 26 日開始你可在以下診所接受注射。目前 H1N1 甲型流感防疫注射計畫將優先分梯次處理高危人士，等到流感疫苗供應充足，將會開放給全民注射，如你想知道各梯次優先處理次序，可致電亞省健康聯線查詢。亞省健康聯線免費電話 1-866-408- 5465。卡加利國語健康聯線電話: 403-943-1554，卡加利粵語健康聯線電話 403-943-1556，或瀏覽亞省醫療服務局網站：<http://www.albertahealthservices.ca/887.asp>。

卡加利診所位置: (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

愛民頓診所位置: (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, 2nd floor, Edmonton, T6W 0E9
6. Commonwealth Stadium – 11000 Stadium Road Edmonton Central and West AB T5J 2R7 **(NEW)**

至於亞省其他的診所位置，可瀏覽 <http://www4.albertahealthservices.ca/immunization/> 或可致電亞省健康聯線。

如你想取得更多有關疫苗的資料，可與你的家庭醫生或致電亞省健康聯線與註冊護士聯絡。這個服務是每日 24 小時一星期七日提供。致電亞省健康聯線免費電話 **1-866-408- 5465**。卡加利國語健康聯線電話: **403-943-1554**，卡加利粵語健康聯線電話 **403-943-1556**

資料來源: 亞省醫療服務局網頁 www.albertahealthservices.ca,
亞省衛生部網頁內的流感疫苗 www.health.alberta.ca/health-info/imm-influenza.html

如你想閱讀之前的「健康人生路」文章，可到瀏覽

www.Calgaryhealthregion.ca/programs/diversity/multilingual_health_services.htm，在此你亦可得到你自己語言的有關醫療資料。