

健康警报

新型 H1N1 流感

注意是否存在以下症状：

发烧，并且伴有

- 咳嗽
- 喉咙痛
- 流鼻涕或鼻塞

其它症状可能包括：

- 全身酸痛
- 头痛
- 疲劳
- 寒颤
- 腹泻
- 呕吐

某些慢性疾病患者、65 岁或以上的成人、5 岁以下的儿童以及孕妇患严重疾病的风险可能更高。

如果您认为自己已感染了 H1N1 流感：

- 除非您需要获得医疗护理，否则请待在家中；如果是外出旅行则应留在旅馆房间里。请不要外出旅行也不要上班或上学。
- 在出现症状后 7 天内或在症状消失后至少 24 小时内（以较长者为准），请避免与他人有近距离的接触。



每个人都应该：

- 在咳嗽或打喷嚏时请用纸巾遮掩口鼻。
- 经常用肥皂和水洗手或使用含酒精的凝胶洗手。
- 避免触碰您的眼睛或口鼻。
- 避免与病人接触

如需更多信息，请：

- 参观 www.cdc.gov/h1n1flu
- 每天 24 小时可联系 CDC
 - 电话：1-800-CDC-INFO (232-4636)
 - 听障专线 (TTY)：(888) 232-6348
 - 电子邮件：cdcinfo@cdc.gov
- 联系您当地或州卫生部门

H1N1 旅行健康警报通知，2009 年 5 月



健康和人类服务部
(DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES)
疾病控制与预防中心
(CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION)
SAFER | HEALTHIER | PEOPLE™



TM
203075-A