

# H1N1 流感（猪流感）：供忧心忡忡的家长 and 监护人了解的信息

美国东部时间 2009 年 5 月 1 日傍晚 7 时 15 分

## 什么是 H1N1 流感？

H1N1 是一种会引发呼吸道疾病的流行性感冒（流感）病毒，可以在人与人之间传播。在美国，大部分感染了这种病毒的人症状轻微，但有些人的症状则较重，并且至少已有一人死亡。幼儿、孕妇和患有哮喘、糖尿病或心脏病等慢性疾病的人，是这种病毒感染所引发并发症的高危人群。在对这种疾病有了更深入的了解后，便可以进一步明确哪些人属于高危人群。您可以采取一些措施来保护您的家人，以及确定何时需要就医。



## 猪流感有哪些症状？

大部分孩子身上所表现出的 H1N1 流感症状与普通流感的症状相似。具体症状包括：

- 发烧
- 咳嗽
- 喉咙痛
- 全身酸痛
- 头疼
- 打寒颤、疲劳
- 偶尔出现呕吐和腹泻

幼儿患病时可能并不会出现这些典型症状，但可能会出现呼吸困难和不爱活动的情况。H1N1 对儿童有多大的影响我们知之甚少，但我们认为这种感染可能与其他流感感染类似。一般来说，儿童感染流感时症状轻微，但与年纪更长的儿童相比，5 岁以下儿童更容易患上重病。据报告，感染流感的儿童中已出现患严重呼吸道疾病（肺炎）和死亡的病例，但这种情况很少见。患有慢性疾病的儿童感染流感后往往症状较重。



## 如何预防感染：

流感病毒主要是通过病人咳嗽或打喷嚏时产生的飞沫在人与人之间传播。如果人在接触被流感病毒污染的物体后触碰了自己的眼睛或口鼻，也可能会传播病毒。我们认为 H1N1 病毒与其他流感病毒的传播方式是相同的。目前尚未研制出可以防范 H1N1 病毒的疫苗，但可以采取一些日常预防措施来阻止

## H1N1 流感之类呼吸道疾病致病菌的传播：

- 教导您的孩子经常用肥皂洗手，并且洗手时间要达到 20 秒。务必以身作则，树立一个好榜样。
- 教导您的孩子对着纸巾或肘部内侧咳嗽或打喷嚏。务必以身作则，树立一个好榜样。
- 告诉您的孩子，至少与病人保持六英尺的距离。
- 儿童患病时应待在家中，不要上学和上日托所，并与其他人保持距离，直至病情好转。
- 在发生 H1N1 流感的社区中，请远离购物中心、电影院或其他人群聚集的场所。

## 孩子患病时的对策：

- 除非需要就医，否则请让患儿待在家中。不要送他们上学或上日托所。
- 嘱咐他们多喝流体（果汁、水、Pedialyte®（培得赖））。
- 让患儿始终感到舒适。务必多休息。
- 如果孩子有发烧、喉咙痛和肌肉酸痛症状，您可以根据孩子的年龄让其服用医生建议的退烧药。切勿让儿童或青少年服用阿司匹林，因为这样做可能会引发雷尔氏综合症 (Reye's syndrome)，这是一种危及生命的疾病。
- 如果家中有人患病，请让其远离未患病的家庭成员。
- 在病人近旁放置纸巾，并在病人够得到的地方放置垃圾袋，以便病人将用过的纸巾扔入其中。



如果您的孩子接触了 H1N1 流感患者，请咨询您的医生，了解孩子是否应服用抗病毒药物来预防 H1N1 病毒感染。

如果您的孩子出现任何以下告警信号，请寻求紧急救治：

- 呼吸急促或呼吸困难
- 肤色发青或发灰
- 不肯喝足量的流体
- 嗜睡或无精打采
- 烦躁不安，不愿意被抱着
- 无尿，或啼哭时没有眼泪
- 症状好转后出现反复，发烧并且咳嗽加重

欲获得更多信息，请致电 1-800-CDC INFO，或参观 <http://www.cdc.gov/h1n1>

- 最后审核页面的时间：美国东部时间 2009 年 5 月 1 日傍晚 7 时 15 分

- 最后更新页面的时间：美国东部时间 2009 年 5 月 1 日傍晚 7 时 15 分
- 内容来源：[疾病控制与预防中心](#)