

家长谈话要点

- 孩子刚返回学校时是与你的孩子的医生讨论你的孩子何时接受流感疫苗接种的绝佳时机,因为流感季通常在秋季开始,而在一月和三月之间达到高峰。
- 在学年开始之际接种流感疫苗将帮助在一整个学年间预防流感。
- 让你的孩子接种疫苗会令流感更难传播,这也有助于保护其他的孩子—包括面临患病的更高风险的孩子。
- 流感疫苗对于孩子来说非常重要,因为他们与大多数成年人相比,出现并发症或流感相关病症的风险更高。
- 患有慢性病—例如哮喘—的孩子比健康的孩子面临更高的风险。
- 流感的症状一般包括:发烧或感觉发热、咳嗽、喉咙痛、流鼻涕或鼻塞、肌肉或身体疼痛、头痛以及感觉非常疲惫。有些人也会呕吐或腹泻。这种情况对孩子来说比成人更加常见。
- 在这个流感季节,家长也可通过让孩子采取以下措施让孩子保持健康并防止流感传播:
 - 经常洗手或在没有肥皂时用酒精擦手。
 - 生病时留在家里而不是去学校上学。
 - 咳嗽或打喷嚏时用纸巾或肘部遮住自己的口鼻。
 - 避免出名自己的眼睛、鼻子和嘴。
- 家长和教师应对可能有流感细菌的表面进行消毒。孩子和学校工作人员如果生病则应该留在家里。
- 大多数患了流感的孩子在数周内就会痊愈,不需要看医生。但流感能让孩子出现非常严重的症状,家长和教师应了解孩子出现的流感紧急症状:
 - 呼吸急促或呼吸困难
 - 皮肤发青发紫
 - 发热并伴有皮疹
 - 孩子脾气急躁,不愿意被人抱
 - 不喝液体
 - 不醒或没有反应
 - 流感症状有所好转但伴随着发烧和剧烈咳嗽复发

- 成人也会患上流感！
 - 如果你在安排你孩子的疫苗接种,你最好也为自己制定计划。
 - 教师们,请保护自己和你的学生——将流感疫苗接种安排为你的学校日程中的一部分。



您可以获得本文件的其他语言版本,或者大字印刷、盲文及您所喜欢格式的版本。请联系急性传染病预防部门 (Acute and Communicable Disease Prevention), 电话: 971-673-1111 或电子邮件: ohd.acdp@state.or.us。我们会接听所有转接电话,或者您可以拨打 711。

SCH OHA 8006 (1/2017)