



流感和 COVID-19 常见问题解答

(2021 年 10 月 6 日)

问：去年的流感季节是怎样的？

2020-21 季节是流感病例史无前例、创历史新低的一年。数以千计的人士接受了流感检测，但只有少数检测结果呈阳性。整个季节中，俄勒冈州因流感住院的人数很少——通常有数百人。OHA 的“[Flu Bites](#)”

(<https://www.oregon.gov/oha/ph/diseasesconditions/communicabledisease/diseasesurveillance/influenza/pages/surveil.aspx>) 提供俄勒冈州流感病例的每周更新。

问：为什么医疗保健提供者如此关注今年 COVID-19 大流行期间的流感季节？

首先，有些人可能会错误地认为，如果他们接种了 COVID-19 疫苗，他们也可以免受流感的侵害，不需要接种流感疫苗。COVID-19 疫苗对流感无效，而且流感疫苗对 COVID-19 也无效。

此外，虽然去年的大流行迫使俄勒冈州的学生通过远程学习，或远程学习和有限的现场教学相结合的方式上学，学校今年已恢复全面现场教学（学校员工和学生仍需在室内戴口罩）。在流感季节流感传播的最大驱动因素是学龄儿童。

最后，因为大多数孩子在家通过远程学习上学，他们没有接触到每个流感季节经常流动的多种流感，不会使他们生病，这可能会使他们更容易感染流感引起的更严重的疾病。

问：您是否预计今年会因为孩子们返回现场教学而出现更多流感？

今年学校可能会爆发典型的流感。但是流感和 COVID-19 之间的一个很大区别在于，对于流感，您可能在出现症状之前不会传染，而许多 COVID-19 患者没有症状。

过去，一些家庭可能允许他们的孩子在出现轻微流感症状时上学，但是由于学校已经实施了 COVID-19 安全协议，对 COVID-19 的担忧（与流感有一些相同的症状——发烧、咳嗽、喉咙痛）——让这变得更加困难。此外，学校员工和学生在室内必须始终戴口罩，以限制流感的传播。

问：您可以在接种 COVID-19 疫苗的同时接种流感疫苗吗？如果我这样做，我是否会使身体的免疫系统超负荷？

您可以在接种 COVID-19 疫苗的同时接种流感疫苗。或者，如果您上周刚接种了 COVID-19 疫苗，那么您本周没有理由不能接种流感疫苗。对此没有任何限制。

重要的是要记住，儿童通常会接种多种疫苗可预防疾病的疫苗，包括白喉、破伤风、百日咳、脊髓灰质炎、水痘、麻疹、腮腺炎、风疹和肝炎。那些同时接种的多种疫苗不会抑制他们的免疫系统，或使他们更容易感染疾病。接种疫苗对您的免疫系统造成的压力远远低于于患病。这对于 COVID-19 和流感也是如此；最好是接种疫苗而不是身染疾病。

问：关于 COVID-19 和流感症状，我需要了解什么？

在您知道自己是否患有流感或 COVID-19 之前，对两种病毒共有的症状做出相同的回应至关重要。如果您发烧、咳嗽和喉咙痛，您应该呆在家里不去上班或上学，佩戴口罩，与他人保持距离并接受检测，如果症状恶化，请联系您的医疗保健提供者。这两种病毒有共同的症状以及防止将它们传播给他人的步骤。

问：如果您感染了流感，您是否更容易感染 COVID-19？

否。它们是不同的病毒，虽然它们有一些共同的症状（发烧、咳嗽、喉咙痛），但患一种病并不会让您更容易感染另一种。无论您是否患有流感，感染 COVID-19 都同样容易。

问：是否有可能同时感染两种病毒，这会是一个可怕的情况吗？

2020 年，当 COVID-19 开始传播时，即使在大流行开始之后，俄勒冈州也确实有一些晚期流感病例和住院治疗。它们可以同一时间传播，并且有一些人对两者的检测都呈阳性。但是，关于流感和 COVID-19 “合并感染”对健康影响的数据并不多。为了防止这种情况，最好的办法是接种这两种病毒的疫苗。

问：在世界的另一端，我们听到了什么关于流感的消息？他们的流感季节是什么样的？

来自南半球的数据并没有什么。像新西兰和澳大利亚等地没有新的流感病毒出现，他们的流感季节一直很轻。任何流感季节的严重程度取决于接种流感疫苗的人数，人们生病时是否呆在家中，以及人们在公共场合使用面罩的程度。

问：去年，因为我们没有 COVID-19 疫苗，所以大力推动流感疫苗的接种。如今我们两者都有，那么接种流感疫苗还重要吗？

是。今年接种流感疫苗当然同样重要。您不想通过接种疫苗来避免 COVID-19 感染，那就因为没有接种流感疫苗而感染流感。

流感可以像 COVID-19 一样使医院不堪重负。在大多数流感季节，全州都有很多病例，甚至有些人死亡，尤其发生在幼儿和老年人中。流感会对高度未接种疫苗的人群产生破坏性影响。

问：对于谁应该接种流感疫苗的标准建议是什么？

任何年龄在 6 个月及以上的人都应该接种流感疫苗，特别是那些非常年少、非常年长或患有其他慢性疾病（如心脏病或糖尿病）的人士。此外，孕妇应接种疫苗，因为 6 个月以下的儿童无法接种流感疫苗。此外，当孕妇接种疫苗时，这意味着她不仅可以避

免在怀孕期间出现严重的并发症，而且还可以将宝贵的流感抗体传输给未出生的孩子。今年，疾病预防控制中心（CDC）表示，孕妇同时接种流感和 COVID-19 疫苗，对于保护自己 and 未出生的孩子是至关重要的。

问：我在哪里可以获得有关流感和疫苗的更多信息？

访问 flu.oregon.gov

(<https://www.oregon.gov/oha/ph/preventionwellness/fluprevention/Pages/index.aspx>)，了解有关预防流感和接种流感疫苗的更多信息。

文件可访问性：对于残障人士或说英语以外的其他语言的人，OHA 可以提供其他格式的信息，例如翻译、大号字体或盲文。请致电 1-971-673-2411、711 TTY，或发送电子邮件至 COVID19.LanguageAccess@dhs.oha.state.or.us，与健康信息中心联系。