

保护您自己 预防流感

英格兰流感免疫

7至11年级学生的须知信息



Flu  mmunisation

Helping to protect you against flu

5大原因

去接种流感疫苗

1. 保护自己

流感疫苗将有助保护您预防流感和严重并发症, 例如支气管炎和肺炎。

2. 保护您的家人和朋友

接种流感疫苗将有助保护身体更脆弱的家人朋友。

3. 无需打针

鼻喷疫苗无痛且易于接种。

4. 接种疫苗总比患上流感要好

鼻喷疫苗帮助预防流感, 已为全世界数百万人接种, 并具有出色的安全记录。

5. 避免错失良机

如果您患上流感, 您的身体可能会不舒服好几天, 没办法做您喜欢做的事情。

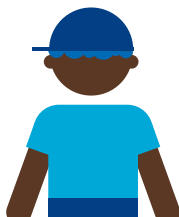


免费为以下人群接种流感疫苗：

两岁或三岁的儿童
(在当前流感季节
的8月31日年满)



所有小学学龄儿童



所有7至11年级的
中学生

因病易患流感的儿童



本小册子是为7至11年级的青少年提供。可从以下网站了解关于所有符合接种条件的儿童的详情：www.nhs.uk/child-flu

我为什么应该接种流感疫苗？

流感是非常难受的疾病，会导致发烧、鼻塞、干咳、喉咙痛、肌肉和关节疼痛以及极度疲倦。流感症状可能持续数天或更长时间。有些人会出现并发症，需要到医院接受治疗。

接种流感疫苗有什么好处？

接种流感疫苗将有助保护您免于患上流感这种非常难受的疾病。接种疫苗可以帮助您不会错过您喜欢做的事情以及不会中断您的学习。

为什么要给这么多青少年接种流感疫苗？

疫苗将有助保护您预防流感，降低您将流感传染给其他人的几率，从而帮助保护您的家人朋友。

如果到时候冠状病毒 (COVID-19) 仍继续肆虐而 NHS 因此面临压力，则接种疫苗将有助在冬季降低人群中的流感水平。



去年我接种过流感疫苗了。今年还需要接种吗？

需要；流感病毒每年都会发生变化，因此疫苗也可能会更新。正正是这个原因，即使您在去年接种了流感疫苗，我们仍建议今年再次接种。

疫苗是如何接种的？

通常将通过鼻喷方式完成接种。

鼻喷疫苗如何起作用？

鼻喷疫苗所含病毒经过弱化以防止引起流感，但仍能帮助您增强免疫力。

这种疫苗会很快被鼻腔吸收，即使喷入疫苗后立即打喷嚏，也不必担心疫苗失效。

流感疫苗是否有副作用？

您可能会出现流鼻涕或鼻塞、头痛、全身疲倦和食欲不振。但是，这些副作用的严重性远远低于患上流感或相关并发症。严重副作用非常罕见。

患有长期健康问题的青少年呢？

如果您的长期健康问题让您更有可能因患流感而引发严重并发症，则您应该每年接种流感疫苗。

如果您是7至11年级的学生，则将与同年级的其他学生一起接种疫苗。不过，您也可以要求您的全科诊所为您接种疫苗，例如，如果您不想等到学校接种期才接种。



令您更容易患上流感的长期健康问题

这些疾病包括：

- 严重的呼吸问题，例如一些患有哮喘的青少年
- 严重心脏病
- 肾病或肝病
- 糖尿病
- 由于使用诸如类固醇片剂药物或化学疗法而导致免疫系统减弱
- 脾脏问题，例如镰状细胞病，或脾脏被切除
- 有学习障碍
- 神经系统问题，例如脑瘫

请访问 www.nhs.uk/child-flu
了解详情。

是否有些青少年不应接种鼻喷疫苗？

给青少年提供接种鼻喷式疫苗，因为它比打针式疫苗更有效。但是，一些患有长期健康问题的青少年可能无法接种鼻喷疫苗（请参阅下一页的详情）。在接种疫苗之前，您的家长会收到一份同意书，上面将包括检查疫苗是否适合您的问题。

如果他们有任何疑问，可以与学校免疫团队商量。如果您无法接种鼻喷疫苗，则将通过打针方式接种流感疫苗。



谁不应接种鼻喷疫苗？

如果您出现以下情况，则应以打针方式接种流感疫苗，而非鼻喷式：

- 正在气喘或在过去72个小时内一直气喘
- 免疫系统非常低下，或者家中有人由于严重的免疫抑制而需要隔离
- 患有需要进行水杨酸治疗法的疾病
- 过去曾对流感疫苗或任何成分有过敏反应（鸡蛋除外）

以鼻喷方式接种疫苗的青少年，应该在疫苗接种后大约两周内避免近距离接触免疫功能严重低下的人。

如果接触是很有可能发生或无可避免，则应接种另一种流感疫苗。

如果我在接种当天感到身体不适，该怎么办？

如果您发烧，疫苗接种可能要暂缓。此外，如果您有严重鼻塞或流鼻涕，可能会阻止疫苗进入体内。在这种情况下可以推迟流感疫苗接种，直到您的鼻部症状消失。

鼻喷疫苗是否含有用猪皮生产的明胶(猪明胶)?

是。鼻喷式疫苗含有高度加工形式的明胶(猪明胶),广泛用于众多基本药物。明胶有助于保持疫苗病毒稳定,实现最好的防流感效果。

给儿童和青少年提供接种鼻喷式疫苗,因为它比打针式疫苗更有效。这是因为鼻喷式疫苗更容易处理,并且在减少流感向他人(更容易受到流感并发症影响)传播方面效果更好。

但是,如果您由于一种或多种疾病或治疗而属于流感高危人群,且无法以鼻喷方式接种流感疫苗,则应以打针方式接种流感疫苗。

对于那些可能不接受在医疗产品中使用猪明胶的人士,今年可以接种另一种打针式疫苗。您的家长应与学校免疫团队讨论接种方式的选择。



我可以从哪里获得更多信息？

请访问 www.nhs.uk/child-flu 了解详情。如果您还有其它疑问，请咨询学校免疫团队、您的全科医生、或执业护士。

