

今年的流感疫苗可能是您打的疫苗中最重要的一次！

COVID-19 全球大流行可能使今年的流行性感冒（流感）季比以往都更具挑战性。在流感病毒开始在社区中传播之前及早接种流感疫苗。保护自己、家人、邻居和同事。

为什么今年接种流感疫苗如此重要？

可能同时感染流感和 COVID-19。接种流感疫苗可以：

- 挽救您的生命。去年，美国有超过 3500 万人罹患流感，其中 490000 多人住院，超过 34000 人死于流感
- 降低患流感和需要住院的风险
- 如果您还感染到 COVID-19，则可以降低发生更严重疾病和并发症的风险

谁应该接种流感疫苗？

所有纽约居民都应该接种流感疫苗，特别是：*

- 2 岁以下儿童
- 65 岁以上的成年人
- 怀孕或刚分娩的人
- 疗养院居民和工作人员
- 患有糖尿病、哮喘、HIV、肾脏病和心脏病等疾病的人
- 住在受到 COVID-19 重创的纽约社区的成年人和家庭
- 所有必要工作者，尤其是医疗保健工作者

保护自己和他人免受流感和其他呼吸道疾病侵袭的最佳方法是什么？

- 接种流感疫苗
- 经常彻底清洗或消毒双手
- 避免触摸眼睛、鼻子和嘴巴
- 戴上口罩，并确保口罩遮住您的鼻子和嘴巴
- 如果您感到不适，请留在家中并与我们的医生进行虚拟紧急护理约诊
- 接受 COVID-19 测试—测试是免费、安全和保密的

*来源：疾病控制与预防中心 (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

流感和 COVID-19 – 了解事实

 流行性感冒 (流感)	 COVID-19	 二者都有
<ul style="list-style-type: none">+ 流感病毒引起的呼吸道 (呼吸) 感染+ 人们可能具有传染性，或在人与人之间传播病毒，长达 7 天+ 可使用美国食品药物管理局 (Food and Drug Administration, FDA) 批准的针对流感病毒的药物进行治疗+ 可以用流感疫苗预防	<ul style="list-style-type: none">+ 冠状病毒 SARS-CoV-2 引起的呼吸道感染+ 感染后可能 2-14 天会出现症状+ 可能会导致味觉和嗅觉丧失+ 可能导致肺、心脏、腿部或大脑的静脉和动脉中出现血块+ 可能导致儿童多系统炎症综合症+ 无疫苗可用	<ul style="list-style-type: none">+ 会导致严重疾病和死亡的传染性呼吸道疾病+ 当感染者咳嗽、说话或唱歌时，会在 6 英尺距离内通过空气中的飞沫传播+ 通过眼睛、鼻子和嘴巴传播+ 即使没有症状，也可能具有传染性+ 症状：发热、发冷、咳嗽、呼吸急促、呼吸困难、疲劳、喉咙痛、流鼻涕和鼻塞、肌肉疼痛、身体疼痛、头痛、呕吐、腹泻+ 并发症：肺炎、呼吸窘迫、呼吸衰竭、败血症、心脏窘迫+ 可能同时感染两种病毒+ 使用面罩可以防止传播+ 经常洗手可以防止传播

在每个行政区的所有 NYC Health + Hospitals 地点，都有安全快速的流感疫苗可供接种，并且只需极少的费用或完全免费。立即接种流感疫苗！浏览 nychealthandhospitals.org 或致电 1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692) 查找您附近的地点。

活出您最健康精彩的人生。
**NYC
HEALTH +
HOSPITALS**