



帮助阻止
流感的传播

让流感远离您家。孕妇、小孩和老年人罹患流感病情会更严重。

流行性感冒，“流感”，可能无处不在。流感很容易通过咳嗽和打喷嚏传播。

小孩、婴儿、孕妇和老年人更容易传染上流感。许多人不知道自己得了流感，因为他们没有觉得不舒服，但是他们仍然可能将其传染给他人，使其他人患上重病。保护自己的最好方法是每年接种流感疫苗。这有助于您的身体自我保护，免受流感侵袭。

fightflu.co.nz

流感疫苗不预防新冠病毒；但是，它有助于预防流感这一严重疾病。



COUNTIES
MANUKAU
HEALTH

Chinese Simplified



咳嗽或打喷嚏时
用纸巾捂住，并将用过的
纸巾扔进垃圾箱。如果您
没有纸巾，请使用袖子或肘
部捂住口鼻。记得过后要清
洗上衣哦！



鼓励家人经常
用肥皂和温水
洗手20秒，然
后再花20秒用
干净的毛巾擦
干手。



对门把手和键盘
等容易受唾沫污
染的表面和物体
进行消毒。



不要共享
饮料或共
用杯子。

**您也可以致电健康热线 0800 611 116 寻求建议。
健康热线提供全天候的翻译服务。**

流感疫苗是一种处方药。向您的医生、护士或药剂师咨询其益处和可能的风险，或致电 0800 IMMUNE咨询。