

什麼是流感？



流行性感冒，簡稱流感，是由一種傳染性很強的病毒引起的，它可以使一些人病得很嚴重。

感染流感風險最高的人群包括幼兒、年長者、孕婦、原住民和托雷斯海峽島民，以及患有糖尿病、肺部或心臟問題等健康狀況的人。

流感病毒每年都會變化。有時會導致患者入院或死亡。每年接種流感疫苗是保護自己和周圍的人免受流感侵擾的最佳方式。

2026 年，所有昆士蘭居民均可輕鬆獲得流感疫苗，且完全免費。2026 年，2至17歲（未滿 18 歲）的兒童亦可接種噴鼻式疫苗。

症狀

您通常會在接觸病毒後幾天內出現流感症狀。

症狀包括：



發燒



肌肉或關節疼痛



喉嚨痛



疲勞



乾咳



噁心（感到反胃）、嘔吐或腹瀉（溏便與水樣便），這些症狀主要見於兒童。



頭痛



精神混亂、呼吸急促——常見於老年人。

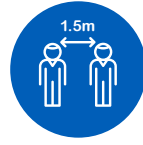
流感如何傳播

當感染者咳嗽或打噴嚏時，若未用手肘或紙巾遮住口鼻，便可能傳播流感。當您觸摸沾有病毒的髒污表面，隨後又觸摸自己的嘴巴、鼻子或眼睛時，病毒也會傳播。

如何阻止流感的傳播



每年接種流感疫苗。



遠離那些咳嗽和打噴嚏的人。



用肥皂和水洗手。或使用酒精消毒搓手液。



請使用乾淨的濕毛巾清潔常用表面。然後擦乾。



身體不適時，留在家中。



不要共用任何曾接觸過口鼻的物品。



咳嗽或打噴嚏時，用紙巾或手肘遮住口鼻。

治療

如果真的得了流感，您可以採取一些措施來緩解症狀。

其中包括：

- 休息
- 喝足量的水
- 服用止痛藥來幫助減輕您的症狀。

如果您患重病的風險很高，您的醫生可能會給您開抗病毒藥物。

在哪裡可以免費接種流感疫苗

所有昆士蘭居民都可以免費接種流感疫苗，即使沒有國民醫療保險 (Medicare) 卡。有些家庭醫生可能會收取諮詢費。您也可以**在藥房、社區健康診所或原住民和托雷斯海峽島民健康服務機構**接種疫苗。

[疫苗接種地點資訊查詢。](#)

需要更多資訊嗎？

更多資訊可於 [Vaccination Matters](#) 找到。

如果您對免費接種流感疫苗有任何疑問，

可諮詢家庭醫生或致電 **13 Health**

13 43 25 84 和護士聯絡。

如有需要，您可要求為您提供傳譯員。

此服務是免費的。

您可以透過搜尋「**flu facts qld**」或使用此 QR 碼，進一步了解免費流感疫苗並獲取您母語版本的資源。



Q flu facts qld

了解更多資訊