

流行性感冒（流感）季節

最後更新：2024 年 09 月

6 個月及以上的所有人均可免費接種流感疫苗。在秋季和冬季，接種流感疫苗以保護自己非常重要。如需了解詳情，請瀏覽[卑詩省政府網站：流行性感冒疫苗（流感疫苗）](#)。

流行性感冒是由流行性感冒病毒引起的上呼吸道感染。流感會在每年的特定時段於社區中蔓延，並導致疾病和疫情爆發。這被稱為流感季。流感季因年份而異。流感季通常發生在秋季、冬季和早春。平均而言，從 11 月或 12 月開始，持續到 2 月或 3 月。

流感感染的嚴重程度可能從輕微到嚴重不等。感染流感會使您面臨重症及其併發症的風險，包括其他感染。這些包括影響肺部的病毒性或細菌性肺炎。流感引起的併發症有時會危及生命。每年都有許多加拿大人死於流感及其併發症。

流感的症狀可能與其他呼吸道疾病相似，包括普通感冒和 COVID-19。使用 [BC COVID-19 自我評估工具](#)，了解您或您的家人是否需要進一步評估或測試 COVID-19。如要進一步了解症狀、傳播和預防方式，請參閱[新型冠狀病毒（COVID-19）健康功能](#)。如果您生病了，請留在家中直至發燒消失，以幫助遏阻流感或潛在的 COVID-19 的傳播。避免與他人密切接觸，直到您感覺恢復健康，可以重新開始日常活動為止。

了解季節性流感的真實情況有助於預防您和家人生病。進一步了解流感可能導致的健康併發症，以及哪些人面臨的風險最大。

誰應該接種流感疫苗？

6 個月或以上者，除了罕有例外，應每年接種流感疫苗。疫苗接種對於流感重症高危人群（如幼兒、孕婦、老年人、65 歲及以上人群以及患有某些疾病的人群）以及可能將流感傳播或擴散給高危人群的人士尤為重要。今年秋冬，卑詩省所有年滿 6 個月大的人士都可以免費接種流感疫苗。

藥劑師可以用注射疫苗為 4 歲及以上的人接種疫苗，也可以使用鼻噴霧流感疫苗為 2 歲及以上的人接種疫苗。

重點話題

流行性感冒（流感）

如需了解有關流感、如何預防、症狀為何、居家治療等資訊，請參閱[流感事實（HealthLinkBC File #12b）](#)。

流感疫苗接種

流感疫苗是幫助人們保持健康、預防疾病甚至拯救生命的安全和最有效的方法。如需了解流感疫苗接種資訊，請點擊以下連結。

- [滅活流行性感冒（流感）疫苗（HealthLinkBC File #12d）](#)
- [流行性感冒（流感）免疫接種：誤解與事實（HealthLinkBC File #12c）](#)
- [滅活流感（流感）疫苗（HealthLinkBC File #12e）](#)
- [長者為何應接種滅活流行性感冒（流感）疫苗（HealthLinkBC File #12a）](#)

洗手

洗手是保持自己和他人健康的最佳方法之一。定期洗手有助於阻止病菌傳播，包括導致流感的病毒。如需詳細資訊，請參閱[洗手：防止病菌傳播（HealthLinkBC File #85）](#)。

流感政策和計劃

- [卑詩省政府：流感控制計劃：常見問題-流感疫苗](#)
- [卑詩省政府：流感控制計劃：常見問題-佩戴口罩](#)
- [卑詩省政府：針對訪客的流感政策](#)
- [卑詩省政府：針對志工的流感政策](#)
- [卑詩省政府：省級流感預防政策](#)

實用網站

卑詩省疾控中心（BCCDC）

BCCDC 提供健康促進和預防服務以及診斷和治療服務，以減少傳染病和慢性病、傷害和環境健康風險。卑詩省疾控中心還為政府和健康主管部門提供分析與政策支持。

- [流行性感冒](#)
- [卑詩省的疫苗](#)

卑詩省政府

進一步了解[流感疫苗](#)，包括為什麼接種疫苗很重要。了解如何接種流感疫苗，以及哪些人有資格接種。

卑詩免疫接種

ImmunizeBC 致力於減少卑詩省疫苗可預防疾病的感染人數。ImmunizeBC 為個人、家庭和醫護人員提供有關免疫接種的資訊。他們還提供方便讓卑詩家庭接種疫苗的工具。如需了解全省流感診所的位置，或了解更多有關流感和流感疫苗的資訊，請點擊以下連結。

- [關於流感疫苗的常見問題](#)
- [流感疫苗](#)

加拿大聯邦政府

獲得許多有關[季節性流感](#)問題的解答，包括症狀、風險、治療和預防。

本流感健康專題中的資訊改編自[加拿大衛生部-國家免疫諮詢委員會](#)，2023 年 9 月 5 日擷取，[BCCDC：卑詩省疫苗](#)，2023 年 9 月 5 日擷取；[ImmunizeBC -流感](#)，2023 年 9 月 5 日擷取。

如需查找有關更多話題的 HealthLinkBC 文檔，請瀏覽

www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files 網頁，或造訪您當地的公共衛生單位。

如需在卑詩省內獲取非緊急健康資訊和建議，請瀏覽 www.HealthLinkBC.ca，或致電 **8-1-1**（免費電話）。失聰和弱聽人士如需協助，請致電 **7-1-1**。若您需要，我們亦可提供 130 多種語言的翻譯服務。