

预防

A(H1N1) 型流感



出国旅行， 遵守预防措施：



前往A(H1N1)型流感疫区与国家

应展延前往A(H1N1)型流感疫区与国家*。
如果你必须出国，请遵守下列措施：

- 密切留意 A(H1N1) 型流感爆发或发病率高的地区。
- 避免前往人多的地方。
- 避免与 A(H1N1) 型流感患者直接接触。如果你需要与 A(H1N1) 型流感患者密切接触，请使用适当的防护口罩。
- 时时注意个人卫生。经常用肥皂和清水洗手。
- 当你咳嗽或打喷嚏时，请以纸巾或手帕遮掩口鼻，然后把纸巾丢入垃圾桶。用肥皂及清水把手彻底洗净。
- 如果你生病，请**马上**寻求治疗。



刚从受影响的国家回来

请遵守下列措施：

- 请在 7 天内避免与其他人亲密接触。
- 如果你在这段期间，出现类似流感症状，马上向邻近医生寻求治疗，比如
 - 发烧及以下任何一种症状：
 - 咳嗽
 - 呼吸短促
 - 喉咙痛
 - 头痛
 - 全身疼痛
- 告诉医生你到过的 A(H1N1) 型流感疫区/国家。

*有关A(H1N1)型流感疫区与国家之最新资讯，
请浏览www.moh.gov.my或www.who.int/