保護自己
預防流感

認真對待流感。無論您擔心的是季節性流感、禽流感或是（世界范圍爆發的）流行性感冒，您都可以通過採取一些簡單的措施來保護自己和家人。

FLU FACTS

What you need to know

www.mass.gov/dph/flu

由馬薩諸塞州公共衛生部和您本地的衛生局為

保護您和您家人的步驟:

經常用肥皂和流動水洗手, 或者使用潔手消毒液.

咳嗽或打噴嚏時, 遮住嘴.

每年接種流感疫苗.

同家人一起准備一個應急物品包.

馬薩諸塞州正在為可能發生的感冒爆發性流行作准備。您也可以採取上面提到的簡單措施做好預防准備。您可以從馬薩諸塞州公共衛生部獲得如何保護您和您家人的最新信息。

www.mass.gov/dph/flu

Chinese 2008