

减少流感风险的最有效方法是每年接种一次 **流感疫苗**。



凡年满 6 个月以上者,除极少数例外,每年都应接种**流感疫苗**



如果符合条件且时间吻合,可在 **同一时间**接种**流感疫苗**和 **COVID-19 疫苗**



流感 **仍在流行**,所以现在接种**流感疫苗**还**为时不晚**。



您还有其它方法可以帮助**阻止**流感的传播,并**减少**您患病的风**险**。

- **勤用肥皂和水清洗双手**,每次至少 20 秒。
- **如果您生病了,请留在家**
- **咳嗽和打喷嚏时对着肘部**



请访问 VDH 流感网站了解更多信息。

<https://www.vdh.virginia.gov/epidemiology/influenza-flu-in-virginia/>