



NOVA Adult Day Care Center & Home Care 乐园日间护理中心

4-088

我们的宗旨：老有所依、老有所乐。让您享受家一般的温暖。

维州唯一
华人创办老年活动中心



- 健康管理：**专业医生定期会诊并提供理疗服务、专业护理人员每日基础健康检查
- 生活辅助：**专车上门接送、预约医生、陪同就诊、外出购物
- 营养膳食：**提供中餐西餐、品种丰富、营养均衡
- 康娱活动：**日常锻炼、设施齐全、定期开展丰富多彩的文娱活动
- 居家护理：**专业护理人员上门照顾日常起居、亲情陪伴
- 福利咨询：**Medicaid(白卡)和Medicare(红蓝卡)相关事宜
- 倾情服务：**专业护理，亲情式融入



招聘 诚邀您加入我们的团队：
司机、办公室人员 RN注册护士,PCA护理人员

办公室：**703-433-8888** 传真号：**703-433-1111**

地址：44675 Cape Ct, Suite 130, Ashburn, VA 20147 Email: bartel@novaleyuan.com



真善美日间保健中心

4-068

12910 Cloverleaf Center Drive, Suite 100, Germantown, MD 20874 Web: www.jasminecenter.com



欢迎致电查询

邹秉雄
240-683-0033
吕思慧
240-386-7882
中心电话
240-232-2288

中心特色

- 精国、粤、台语的专业医护及护佐
- 专业社工协助申请各类社会福利
- 舒适安全的交通车到府接送
- 营养丰富的早、午餐及点心

中心宗旨

We are an equal opportunity employer

- ♥ 最真诚的贴心照料
- ♥ 最完善的保健设施
- ♥ 最美丽的场地环境

邹秉雄、吕思慧主理
华人最优秀的保健服务团队
至诚为您提供最专业的服务

真诚 善良 美丽
Truth Goodness Beauty

甲流来势汹汹，做到这5点就不慌

最近甲流肆虐，不少学校因孩子陆续得病停课，家中父母、老人中招的也比皆是，“甲流”相关话题一度登上了热搜。甲流到底是什么？应该如何预防？下面听听顺义妇儿医院儿科医生张立泽怎么说。

什么是甲流？

甲型流行性感冒（简称甲流）是由流感病毒引起的一种急性呼吸道传染病。全人群对流感病毒普遍易感，孕妇、婴幼儿、老年人和慢性病患者等高危人群感染流感病毒后危害更严重，在学校、托幼机构和养老院等人群聚集的场所可能会发生爆发疫情。流感病毒抗原性易变，传播迅速，每年可引起季节性流行。主要通过飞沫传播，主要表现为突然出现发热、头痛、全身酸痛，呼吸道症状较轻，一般持续3-4天。

甲流是怎么传播的？

感染患者和隐性感染者是主要传染源，从潜伏期末到发病的急性期均有传染性。一般感染者在临床症状出现前24-48

小时即可排出病毒，在发病后24小时内达到高峰。

甲流主要传播途径为以下两个方面：

1. 飞沫传播，也可以通过口腔、鼻腔、眼睛等黏膜直接或间接接触传播。
2. 接触被病毒污染的玩具、用具、衣服也可能引起感染。

感染甲流有什么症状？

流感病毒潜伏期通常为1-4天（平均2天），儿童往往突然起病，主要症状为发热，体温可达39-40℃，可有畏寒、寒战，多伴头痛、全身肌肉酸痛、乏力、食欲减退等全身症状，常有咳嗽、咽痛、流涕或鼻塞、恶心、呕吐、腹泻等症状。大多数无并发症的甲流患儿症状在3-7天缓解，但咳嗽和体力恢复常需1-2周。轻型患者发热不超过39℃，症状较轻，病程1-2-3天。

孩子感染甲流怎么办？

判断是否感染甲流，主要结合流行病学史、临床表现和病原学检查。即使孩子

感染了甲流，家长也不要恐慌。若体温不超过39℃，多为轻症甲流，一般就医3-4天后体温会逐渐下降，其他症状也随之好转，咳嗽、体力约在1-2周恢复。若出现高热、寒战、肌肉酸痛、头痛、乏力、剧烈咳嗽、气促、嗜睡、烦躁、惊厥等症状时应及时门诊就诊。

如何预防甲流？

流感病毒对热、酸碱和紫外线均敏感，通常56℃下30分钟可被灭活，对碘伏、乙醚均敏感。主要预防措施如下：

1. 避免接触感染患者，尽量减少到人群密集场所活动。在甲流高发季节，应少去人群密集场所，以减少与患病人群的接触机会。避免与感染者密切接触，如拥抱等。
2. 勤洗手，佩戴口罩，保持良好的卫生习惯。在公共场所应注意手卫生，尤其在触摸眼、口、鼻和进食前，应用洗手液或肥皂洗手。外出时注意佩戴口罩。
3. 保持环境清洁并通风。保持居家环

境清洁和良好通风状态。经常打扫室内，每天保证两次开窗通风，每次通风保证30分钟。

4. 出现症状应及早就医，居家休息。当孩子出现发热、咳嗽等症状，应居家休息，不建议带病上课。若需要外出建议佩戴口罩，避免传染给其他人员。如症状较重，应尽早就前往医院就诊，及时获得有效治疗。

5. 及时接种疫苗。及时接种流感疫苗是阻击疾病发生的有效手段，可显著降低接种者罹患流感和发生严重并发症的风险。

推荐以下重点和高危人群及时接种：医务人员；大型活动参加人员和保障人员；养老机构、长期护理机构、福利院等人群聚集场所脆弱人群及员工；重点场所人群；其他流感高危人群，包括60岁及以上的居家老年人、6月龄-5岁儿童、罹患一种或多种慢性病者、6月龄以下婴儿的家庭成员和看护人员以及孕妇或准备在流感季节怀孕的女性。

