







2024 年 6 月

致各位家長：

願您和家人今夏保持安全健康！我們特此提供下列簡單方法提示，以助您和家人在紐約市內活動及外出旅行期間保護自身健康。受有些傳染病風險提高影響，您在外出旅行時可能需要採取更多預防措施。例如，亞洲、中東、歐洲和非洲的部分地區均出現了麻疹疫情，加勒比海地區和中南美洲則爆發了大規模登革熱疫情。請閱讀下列建議，以瞭解如何預防上述這些疾病及其他傳染病：

夏季及旅行安全提示	
	<p>預防由蜱蟲、蚊子和其​​他蟲子叮咬引起的感染。 蜱蟲常見於美國灌木或樹木茂盛地區，可傳播無形體病 (anaplasmosis) 和萊姆病 (Lyme disease) 等疾​​病。蚊​​子​​在​​美​​國​​可​​傳​​播​​西​​尼​​羅​​河​​病​​毒​​感​​染​​等​​疾​​病​​，​​在​​美​​國​​以​​外​​則​​多​​傳​​播​​瘧​​疾​​和​​登​​革​​熱​​病​​毒​​。​​宜​​使​​用​​含​​有​​ DEET、​​派​​卡​​瑞​​丁 (picaridin)、IR3535 或檸檬尤加利 (lemon eucalyptus) 精油的驅蟲劑。宜用氯菊酯 (permethrin) 處理裝備，應穿長袖衫、長褲、不露腳趾的鞋且戴帽。在有瘧疾、登革熱或其他蚊傳疾病出現的地區旅遊時，如果窗戶沒裝紗窗，則睡覺時要使用蚊帳。</p>
	<p>保護下水玩耍的兒童健康。 如果您出現腹瀉，或在過去兩週內有過腹瀉，請不要游泳或在水中嬉戲。提醒孩子們不要吞水。要經常帶孩子上廁所。</p>
	<p>與動物相處時要注意安全。 不要撫摸或餵食野生動物。撫摸貓狗前，要先徵得主人允許。</p>
國際旅行的更多提示	
	<p>旅行前應參閱旅客健康資訊入口平臺 (Travelers' Rapid Health Information Portal) 內容。 造訪 gten.travel/trhip/trhip 獲取量身定制的旅客健康建議。</p>
	<p>旅行前應至少提前四週諮詢自己的健康照護提供者。 要問清楚自己可能需要準備或接種的任何藥物或疫苗。例如，如果您前往的國家有瘧疾、傷寒或 A 型肝炎，您的健康照護提供者可以為您提供藥物或疫苗接種，幫助您防病。務必確保您和孩子都已按時接種了常規疫苗。如需有關兒童疫苗的詳細資訊，請造訪 bit.ly/kids-immunizations。年齡 6 至 11 個月的嬰兒在旅行前應額外接種一劑麻疹疫苗。</p>
	<p>避免腹瀉生病。 飲用瓶裝水，或將水煮沸至少一分鐘以消毒。避免生食不能剝皮的水果或蔬菜。確保肉類完全煮熟並趁熱食用。</p>

此致，



Celia Quinn, MD, MPH
副局長
疾病控制科