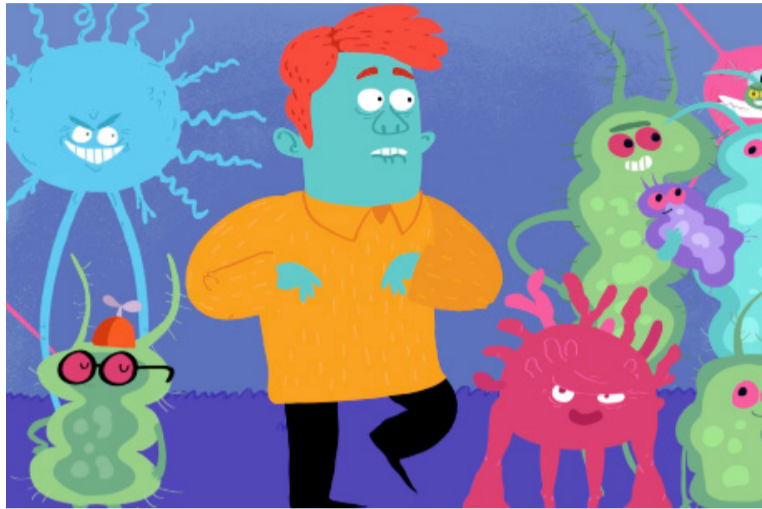


感冒和流感——电子邮件系列

以下是一些可直接用于电子邮件营销的内容和图片，可帮助培训员工预防感冒和流感。请随时与你的员工分享这些信息；你可能还希望包含一些有关远程医疗服务（如果可用）和其他健康计划的信息。



电子邮件 1



预防感冒和流感

你可能没有意识到，你周围的环境中存在 200 多种会引发感冒和流感的病毒。病毒通过眼睛、鼻子和嘴巴进入人体；它们可以通过身体接触或触摸有病毒残留的物体表面进行传播。

一旦病毒进入你的身体，很快你就会患上感冒（一种鼻腔或咽喉病毒性感染）或者流感（影响呼吸系统）。

在未来几天内，我们将为你提供有关如何识别和控制感冒和流感症状的信息。同时，我们邀请你观看以下视频以了解其病因、风险因素和预防措施：

www.geb.com/employee-benefits/health/health-resource-centre/health-kits/colds-and-flus-chinese

本次活动由 Generali Employee Benefits Network [geb.com] 主办。

此信息并非旨在提供医疗建议。个人应咨询健康专业人士，以获取有关所有健康问题的指导。

电子邮件 2



感冒和流感有什么区别？

到目前为止，我们已经了解到感冒是鼻腔或咽喉的病毒感染，而流感则会影响呼吸系统。那么感冒和流感的症状有何不同呢？

感冒比流感温和，症状会逐渐发展，包括流鼻涕、胸闷、咽喉痛和咳嗽。卧床休息并服用非处方药后，感冒通常会在几天内消退。

流感则更为严重且发展迅速。症状可能包括高烧、肌肉酸痛、全身酸痛、极度疲劳、胸部不适、头痛和发冷。流感还会引发致命的并发症，如肺炎。在我们的下一封邮件中，你将能了解一些保护自己免受感冒和流感侵扰的方法。

本次活动由 Generali Employee Benefits Network [geb.com] 主办。

此信息并非旨在提供医疗建议。个人应咨询健康专业人士，以获取有关所有健康问题的指导。

电子邮件 3



如何保护自己免受感冒和流感的侵扰

你可以保护自己免受感冒和流感的侵扰：

- 避免触摸物体表面后又触摸你的眼睛、鼻子或嘴巴
- 避免与可能患有感冒或流感的人密切接触
- 用肥皂和清水洗手
- 保持表面清洁
- 当无法与他人保持社交距离时请戴上口罩
- 通过健康饮食、补充水分和坚持运动来提高免疫力。

如果你怀疑自己患上了流感（高烧或严重且持续的症状），请咨询医生。

本次活动由 Generali Employee Benefits Network [geb.com] 主办。

此信息并非旨在提供医疗建议。个人应咨询健康专业人士，以获取有关所有健康问题的指导。