

SAY NO 2 FLU



Protect yourself and your family against 2 types of flu.

Pandemic Flu H1N1

Wash hands often

Cover coughs and sneezes

Stay home when sick

Get flu vaccinations

Seasonal Flu

For more information call 1-888-993-3003 or visit www.fcdph.org/flu1n1



Department of Public Health
www.fcdph.org

2 Vaccines for 2 Types of Flu

PANDEMIC FLU H1N1: those most at risk who need to get vaccinated are:

- Pregnant women
- Children and young adults - 6 months through 24 years of age
- Household contacts of infants 6 mos. of age or younger
- Adults with chronic health conditions

SEASONAL FLU: those most at risk who need to get vaccinated are:

- Children - 6 months through 18 years
 - Adults
 - Seniors
- Get a Seasonal Flu vaccine as early as September this year.**



CALL YOUR HEALTH CARE PROVIDER for Pandemic Flu H1N1 and Seasonal Flu vaccine information

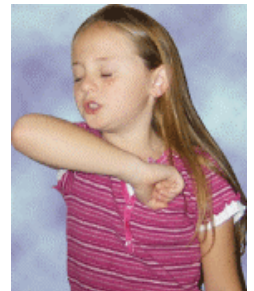
Signs & Symptoms

Symptoms of Pandemic Flu H1N1 are similar to symptoms of Seasonal Flu

- Fever
- Cough
- Headache
- Fatigue
- Sore throat
- Body aches
- Nausea
- Vomiting
- Diarrhea

If symptoms persist or get worse, seek medical attention

Prevention for 2 Types of Flu



- Cover coughs and sneezes with a tissue or the corner of the elbow. Throw tissue away after each use.
- Wash hands often with soap and water. Alcohol-based hand cleaners are also effective.
- Stay home when sick and keep sick children home from school.
- Avoid close contact with others who are sick.

DIGA NO A LAS 2 GRIPES



Protéjase y proteja a su familia contra 2 tipos de gripe.

Gripe Pandémica H1N1

Lávese sus manos con frecuencia

Cúbrase la boca al toser o estornudar

Quédese en casa si esta enfermo

Vacúnese contra la gripe

Gripe Estacional

Para más información llame 1-888-993-3003 o visite www.fcdph.org/flu1n1



Departamento de Salud Pública
www.fcdph.org

2 Vacunas Para 2 Tipos de Gripe

GRUPE PANDEMICA H1N1: personas de alto riesgo que deben obtener la vacuna son:

- Mujeres embarazadas
- Niños y jóvenes de 6 meses a 24 años de edad
- Personas que viven o cuidan niños menores de 6 meses de edad
- Adultos con condiciones crónicas

GRUPE ESTACIONAL: personas de alto riesgo que deben obtener la vacuna son:

- Niños y jóvenes de 6 meses a 18 años
- Adultos
- Mayores de 50 años

Obtenga la vacuna contra la Gripe Estacional empezando en Septiembre.



LLAME A SU PROVEEDOR DE SALUD para información sobre las vacunas contra la Gripe Pandémica H1N1 y Gripe Estacional

Signos y Síntomas

Síntomas de Gripe Pandémica H1N1 son similares a los síntomas de la Gripe Estacional

- Fiebre
- Tos
- Dolor de cabeza
- Fatiga
- Dolor de garganta
- Dolor muscular
- Nausea
- Vomito
- Diarrea

Busque atención médica si los síntomas duran o empeoran.

Prevención para los 2 Tipos de Gripe



- Cúbrase la boca y nariz al toser y estornudar en el ángulo interno del codo o en un pañuelo desechable. Tire el pañuelo después de cada uso.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. También puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Permanezca en casa si esta enfermo y no mande a los niños a la escuela si están enfermos.
- Evite contacto con personas enfermas.

TXWV 2 YAM KHAUB THUAS



Tiv thaiv koj tus kheej thiab koj tsev neeg kom txhob tau 2 yam khaub thuas

2 Yam tshuaj tiv thaiv 2 Yam khaub thuas

KHAUB THUAS H1N1: Cov tsim nyog yuav tau txhaj tshuaj tiv thaiv yog:

- Cov pojniam cev tsis tab seeb
- Cov me nyuam yau thiab cov hluas - hnub nyoog 6 hli mus txog 24 xyoos
- Cov neeg uas nyob nrog tus me nyuam mos tshaj 6 hli rov haud
- Cov neeg uas muaj lwm hom mob lawm.

Cwjpwmm mob khaub thuas

Cwjpwmm mob ntawm tus khaub thuas H1N1 zoo ib yam li tus cwjpwmm mob ntawm tus khaub thuas thaum lub caij ntuj no thiab

- Kub cev
- Hnoos
- Dias taub hau
- Qaug zog
- Mob qa
- Mob ib ce
- Xeev siab
- Ntuav
- Zawv plab

Yog mob sij tsis zoo los yog mob huam tuaj, mus ntsib kws kho mob tam sim.

Khaub thuas H1N1

Nquag ntxuav tes

Npog ncauj thaum hnoos thiab txham

Thaum mob lawm, nyob hauv tsev

Txhaj tshuaj tiv thaiv

Khaub thuas ntuj no

KHAUB THUAS CAIJ NTUJ NO: Cov tsim nyog yuav tau txhaj tshuaj tiv thaiv yog:

- Me nyuam - 6 hli txog 18 xyoo
- Cov tiav neeg
- Cov Laus **Txhaj tshuaj tiv thaiv khaub thuas kom ntov li thaum lub 9 hlis ntuj xyoo no.**

Tiv Thaiv Kom 2 Yam Khaub Thuas Tsis Txhob Kis



Xav paub ntxiv, hu rau 1-888-993-3003 los yog mus saib www.fcdph.org/flu1n1



HU KOJ TUS KWS KHO MOB nug txog kev txhaj tshuaj tiv thaiv Khaub thuas H1N1 thiab Khaub thuas lub caij ntuj no

• Siv ntawv los yog koj lub lauj tshib npog qhov ncauj thaum hnoos thiab txham. Muab tej ntawv uas siv tag lawm pov tseg.

• Nquag siv dej thiab xuj npus ntxuav tes. Siv cov tshuaj ntxuav tes uas muaj cawv 90 nyob haud los tau.

• Yog mob lawm, nyob hauv tsev thiab tsis txhob mus kawm ntawv.

• Tsis txhob nrog tus muaj mob ua ke.



Tuam Tsev Saib Kev noj qab nyob Zoo www.fcdph.org