

ÈSKE SE GRIP OSWA COVID-19?

**PANDAN SEZON GRIP SA A, LI
GENDWA DIFISIL POU OU FÈ
DIFERANS ANT GRIP AK COVID-19.
TÈS YO KAPAB DETÈMINE SI OU
MALAD AVÈK GRIP OSWA COVID-19.**

Pi bon fason pou pwoteje tèt ou kont grip se pou ou pran yon vaksen kont grip.
Pou plis enfòmasyon oswa pou ou jwenn yon kote pou ou pran vaksen kont grip ou an,
vizite nyc.gov/flu, rele **311** oswa voye mesaj tèks "flu" bay **877-877**.
Pou plis enfòmasyon sou COVID-19, vizite nyc.gov/health/coronavirus.

KISA SENTÒM GRIP AK COVID-19 YO YE?

Se pa menm viris ki lakòz grip ak COVID-19, men yo gen sentòm ki sanble. Sentòm ki komen ni pou grip ak COVID-19 yo gen ladan: lafyèv oswa frison, tous, souf kout oswa difikilte pou respire, fatig, doulè nan misk oswa nan kò, maltèt gòj fè mal, konjesyon oswa nen kap koule, kè plen oswa vomisman, ak dyare. COVID-19 gendwa lakòz tou yon pèt kapasite pou pran gou oswa pran sant. Tou de enfeksyon yo gendwa mennen tou nan nemoni, lòt konplikasyon yo, ospitalizasyon oswa lanmò.

Sentòm yo ni pou grip ak COVID-19 gendwa parèt yon ti kras tan apre ekspozisyon an. Sepandan, li gendwa pran plis tan pou yon moun devlope sentòm COVID-19 yo. Sentòm pou COVID-19 yo gendwa parèt de (2) rive 14 jou apre ekspozisyon ak COVID-19, tandiske sentòm pou grip yo gendwa parèt youn rive kat jou apre ekspozisyon an.

KIJAN GRIP AK COVID-19 PWOPAJE?

- Toude pwopaje bay moun ki nan kontak pwòch (nan anviwon 6 pye) avèk yon moun ki enfekte, ak atravè goutlèt yo ki espre lè yon moun touse, estène, chante oswa pale.
- Moun ki pa gen okenn sentòm yo kapap pwopaje ni grip ak COVID-19.
- Li ka posib pou moun pran grip oswa COVID-19 lè yo touche yon sifas ki gen viris la sou li epi answit li touche bouch li, nen li oswa je yo. Byenke yo pa panse ke se prensipal fason viris sa a yo pwopaje, se pou sa lavaj men souvan avèk savon ak dlo enpòtan.

KI MOUN KI ANBA RISK POU MALADI GRAV SI YO GENYEN GRIP?

Granmoun ki pi aje yo, moun ki genyen pwoblèm sante ki kache yo ak moun ki ansent yo gendwa anba pi gwo risk pou maladi grav ni pou grip ak COVID-19.

Timoun ki anba 5 ane yo anba pi gwo risk pou maladi grav si yo genyen grip pase COVID-19. Sepandan, tibebe yo ak timoun yo ki genyen pwoblèm sante ki kache yo anba pi gwo risk pou maladi grav ni pou grip ni pou COVID-19.

KIJAN MWEN KA PWOTEJE TÈT MWEN ANBA GRIP AK COVID-19?

Tout moun New York ta dwe pran yon vaksen kont grip, espesyalman timoun ki anba laj 5 ane yo, granmoun ki gen plis pase 50 ane yo, moun ki ansent yo oswa ki gendwa ansent yo, oswa moun ki gen lòt pwoblèm medikal yo tankou opresyon, dyabèt, ak maladi kè oswa VIH yo. Vaksen grip la san danje, li rapid epi pifò plan asirans sante yo kouvri li, gen ladan Medicaid.

Vaksen kont grip la **pa** pwoteje kont COVID-19. Li enpòtan pou nou kontinye swiv kat mezi pou anpeche pwopagasyon COVID-19.

- **Rete lakay si ou malad:** Rete lakay ou si ou malad sof ou pran swen medikal ki esansyèl (gen ladan tès COVID-19) oswa lòt komisyon ki esansyèl yo.
- **Distans fizik:** Rete nan yon distans omwen 6 pye de lòt moun yo.
- **Mete yon kouvèti pou figi:** Pwoteje moun ki bò kote ou yo. Ou ka kontajye san ou pa gen sentòm yo epi ou ka pwopaje maladi a lè ou touse, estène oswa pale. Kouvèti pou figi yo ede redwi pwopagasyon COVID-19 la.
- **Pratike ijyèn men pwòp:** Lave men ou souvan avèk savon ak dlo oswa itilize yon dezenfektan pou men abaz alkòl si savon ak dlo pa disponib; netwaye sifas moun touche souvan yo regilyèman; evite touche figi ou avèk men ou san lave; epi kouvri bouch ou ak bra ou lè ou ap touse oswa estène, pa itilize men ou.

KI KOTE MWEN KA JWENN VAKSEN GRIP LA?

Vaksen kont grip la disponib gratis oswa bon mache anpil kote nan Vil New York (NYC). Verfiye avèk pwofesyonèl swen sante ou oswa famasi lokal ou. Pou plis enfòmasyon oswa pou ou jwenn yon kote pou ou pran vaksen kont grip ou an, vizite nyc.gov/flu, rele **311** oswa voye mesaj tèks "flu" (grip) bay **877-877**.

KISA POU MWEN FÈ SI MWEN GEN SENTÒM GRIP OSWA COVID-19 YO?

- **Rete lakay ou!** Pa kite lakay ou sòf pou ou fè tès oswa jwenn lòt swen medikal esansyèl oswa jwenn bezwen debaz yo tankou pwovizyon, si yon moun pa kapab jwenn yo pou ou. Pa ale travay, menm si ou se yon travayè esansyèl.
- **Pale avèk pwofesyonèl swen sante ou!** Rele pwofesyonèl swen sante ou si ou gen sentòm yo, espesyalman si ou se yon granmoun aje, ansent, oswa ou genyen pwoblèm sante ki mete ou anba risk anplis pou maladi grav yo. Ou gendwa kapab jwenn tretman avèk medikaman antiviral pou grip la pou redwi gravite maladi a ak konplikasyon. Si ou pa gen yon pwofesyonèl swen sante, rele **311** oswa 844-692-4692. Ou ka jwenn swen nan NYC kèlkeswa sityasyon imigrasyon ou oswa kapasite pou ou peye. Rele **911** touswit si ou ap eksperimente pwoblèm pou respire, gwo lafyèv pèsistan, oswa enkapasite pou kenbe manje nan lestomak ou.
- **Fè tès!** Si pwofesyonèl swen sante ou a pa ofri tès pou COVID-19, vizite, nyc.gov/covidtest pou ou jwenn yon sit tès toupre oswa rele **311**. Anpil sit yo ofri tès gratis.

POU JWENN KOTE POU PRAN VAKSEN KONT GRIP:

vizite nyc.gov/flu | rele **311** | voye mesaj tèks "flu" bay **877-877**

