



# אינפלוענצע איז דא

באקומט די וואקסין, נישט  
די פלו

## פארמיידט און באשיצט

דער בעסטער וועג צו באשיצן זיך און אנדערע איז דורך באקומען די פלו וואקסין.

- די וואקסין ווערט אפדעיטעד יעדעס יאר אייך צו באשיצן קעגן נייע ווירוסן.
- יעדער וואס איז 6 מאנאטן און עלטער זאל באקומען די פלו וואקסין יעדעס יאר. קינדער יונגער ווי 6 מאנאטן זענען צו יונג פאר די וואקסין; זייערע קעירגעבערס זאלן מאכן זיכער צו ווערן וואקסינירט.
- באקומט די פלו וואקסין וואס פריער. אבער אפילו אויב איר באקומט אייער וואקסין שפעטער, איז עס בעסער ווי נישט ווערן וואקסינירט.

## פארשפרייט נישט קיין באצילן

דעקט צו אייער מויל און נאז מיט די אינעווייניג פון אייער עלנבויגן ווען איר הוסט אדער ניסט. נוצט נישט אייערע הענט.



וואשט אייערע הענט מיט זייף און וואסער.



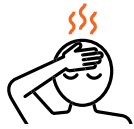
## סימפטומען רעכענען אריין



ווייטאגליכע האלז



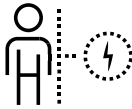
הוסט



פיבער



שוואכקייט



קערפער ווייטאגן



קאפווייטאג

## ווערט געוואר מער

- אינפלוענזע (פלו) איז א געפארפולע רעספיריטארי אינפעקציע וואס פארשפרייט זיך גרינג צו אנדערע.
- אינפלוענזע קען מאכן אפילו געזונטע מענטשן ערנסט קראנק. עס קען פירן צו געזונטהייט פראבלעמען ווי נומאניע.
- אינפלוענזע קען ערגער מאכן עקזיסטירנדע געזונטהייט צושטאנדן ווי הארץ קראנקהייט, אסטמע און דייעביטיס.
- יעדעס יאר שטארבן טויזענטער ניו יארקער נאכן באקומען אינפלוענזע. אינפלוענזע איז געווען געפערליך דעם פארגאנגענעם סעזאן. עס זענען געווען מער ווי 700,000 אינפלוענזע-פארבינדענע האספיטליזאציעס אין לאנד, די העכסטע צאל וואס איז אמאל רעקארדירט געווארן זייט די פעדעראלע גאווערמענט האט אנגעהויבן נאכקוקן די אינפארמאציע אין 2003.\*
- דורכאויס די 2017-2018 פלו סעזאן, זענען U. S. 180 קינדער געשטארבן פון אינפלוענזע.\* אין ניו יארק אליין, זענען פינף קינדער געשטארבן פון אינפלוענזע.\*\*

\*קוואל: קיצור פון די 2017-2018 אינפלוענזע סעזאן. US סענטער פאר דעזיז קאנטראל ענד פרעווענשען. <https://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2017-2018.htm> אריינגעקוקט סעפטעמבער 26, 2018.

\*\* קוואל: וועכנטליכע אינפלוענזע סורוועילענס באריכט. ניו יארק סיטי אפטיילונג פון געזונטהייט און גייסטישע היגענע. <https://www1.nyc.gov/site/doh/providers/health-topics/flu-alerts.page> אריינגעקוקט סעפטעמבער 26, 2018.

## באקומט אן אומזיסטע אדער ביליגע פלו וואקסין

- פרעגט אייער העלט קעיר פראוויידער וועגן די פלו וואקסין. רוב אינשורענס פלענער, אריינגערעכנט מעדיקעיד, צאלן פארן וואקסין.
- באזוכט אייער נאנטסטע אפטייק – פיל שטעלן צו פלו וואקסינען פאר ערוואקסענע און עטליכע קענען וואקסינירן קינדער אזוי יונג ווי צוויי יאר אלט.
- זעט אויב אייער ארבעטספלאץ שטעלט צו די וואקסין. באזוכט די העלט דעפארטמענט'ס אימיוניזאציע קליניק אדער א סיטי-אנגעפירטע קליניק אדער שפיטאל. די פלעצער געבן אומזיסטע אדער ביליגע וואקסינען פאר אלע פאציענטן און באזוכער.

זוכט א וואקסינאציע פלאץ לויט די געגנט אדער זיפ קאוד דורך רופן 311, באזוכן [nyc.gov/flu](http://nyc.gov/flu) אדער טעקסטן flu צו 877877.

### האט איר געוואוסט?

אלע קינדער צווישן די עלטער פון 6 מאנאטן און 5 יאר וואס זענען אין א ניו יארק סיטי-לייסענסד טשיילד קעיר אדער נורסערי סקול, העדסטארט אדער פרי-קינדערגארטן מוזן באקומען איין דאזע פון די פלו וואקסין צווישן יולי 1 און דעצעמבער 31 יעדעס יאר.

## אויב איר ווערט קראנק מיט אינפלוענצע

- ריזיקירט נישט מיט פארשפרייטן די פלו צו אנדערע. בלייבט אינדערהיים און פארמיידט נאנטע בארירונג מיט אנדערע ביז אייער פיבער איז אוועקגעגאנגען פאר כאטש 24 שעה אן די הילף פון איבער-די-קאונטער מעדעצין.
- פרעגט אייער געזונטהייט קעיר פראוויידער וועגן אנטיביוטיקס, מעדעצינען וואס קענען באהאנדלען אינפלוענצע. זיי קענען אייך העלפן שנעלער שפירן בעסער און פארמיידן מער ערנסטע קרענק.

## מענטשן מיט די העכסטע ריזיקע פאר אינפלוענצע קאמפליקאציעס רעכענען אריין

- שוואנגערדיגע פרויען
- קינדער יונגער ווי 5 יאר (ספעציעל אונטער 2 יאר)
- ערוואקסענע אין עלטער פון 50 און העכער (ספעציעל 65 יאר און עלטער)
- מענטשן מיט געוויסע געזונטהייט צושטאנדן, אריינגערעכנט:
  - דייעביטיס
  - לונגען אדער הארץ קראנקהייט
  - אסטמע
  - סיקל סעל ענימיע
  - נירן אדער לעבער קראנקהייט
  - מעטאבאליק דיסארדערס
  - אפגעשוואכטע אימיון סיסטעם, אזוי ווי פון קענסער באהאנדלונג אדער HIV
- דיסארדערס וואס רעכענען אריין אטעמען פראבלעמען, ווי סיזשערס, און נערוו און מוסקל דיסארדערס
- מענטשן וועלכע זענען זייער איבערוואגיג
- קינדער און צענערלינגען (צווישן 6 מאנאטן און 18 יאר) וואס באקומען לאנג-טערמיניגע אספירין טעראפיע
- מענטשן וואס וואוינען אין נורסינג היימען אדער אנדערע קעיר פאסיליטיס
- אמעריקאנע אינדיענס און אלאסקען נעיטיווס

עס איז זייער וויכטיג צו באקומען די וואקסין אויב איר זענט א העלט קעיר ארבעטער אדער באפאסט זיך מיט איינער וואס איז אין איינע פון די אויבנדערמאנטע ריזיקעס גרופעס.

טרעפט פלעצער וואו צו ווערן וואקסינירט:  
באזוכט [.nyc.gov/flu](https://nyc.gov/flu)

ווערט געוואר מער: באזוכט [.cdc.gov/flu](https://cdc.gov/flu)

האלט חשבון פון אייער קינד'ס וואקסינען  
דורך נוצן מיין וואקסין רעקארד  
(My Vaccine Record): באזוכט  
[nyc.gov/myvaccinerecord](https://nyc.gov/myvaccinerecord) פאר  
מער אינפארמאציע.

 @nychealthy

 nychealth

 @nychealthy