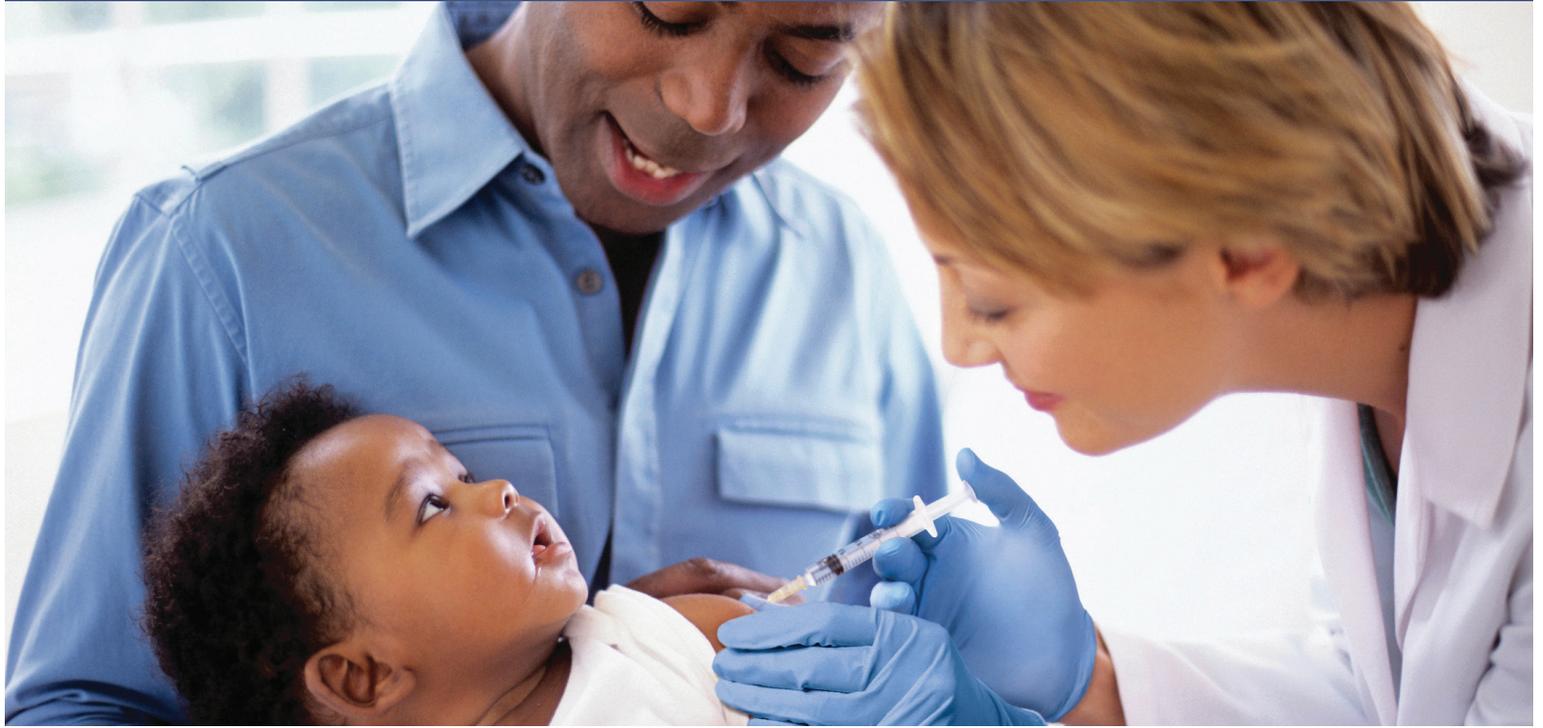


La grippe



En savoir plus

- La grippe est une infection dangereuse des voies respiratoires qui se transmet facilement.
- Même les personnes en bonne santé peuvent être gravement malades si elles contractent la grippe. Elle peut causer des problèmes de santé comme une pneumonie.
- La grippe peut aggraver des maladies existantes, comme une maladie cardiaque, l'asthme et le diabète.
- Chaque année, des milliers de New-Yorkais meurent après avoir contracté la grippe. Aux États-Unis, la grippe a causé la mort de plus de 80 enfants durant la saison de la grippe 2015-16.*

*Source : Centres de contrôle et de prévention des maladies (Centers for Disease Control and Prevention) (juillet 2016)

LES SYMPTÔMES SONT LES SUIVANTS :



Fièvre



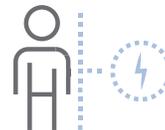
Toux



Mal de gorge



Maux de tête



Courbatures



Faiblesse

Prévention et protection

- La meilleure façon de protéger les autres et vous-même est de vous faire vacciner contre la grippe.
- **Toute personne âgée d'au moins 6 mois devrait se faire vacciner contre la grippe tous les ans.** Le vaccin est modifié chaque année, ce qui vous permet d'être protégé(e) contre les nouveaux virus.
- Faites-vous vacciner le plus rapidement possible. Et même si vous vous faites vacciner plus tard, c'est préférable à ne pas être vacciné(e) du tout.

NE PROPAGEZ PAS LES GERMES :



Couvrez-vous la bouche et le nez avec l'intérieur du coude quand vous toussiez ou que vous éternuez. N'utilisez pas les mains.



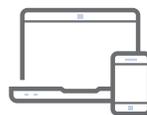
Lavez-vous les mains avec du savon.

Bulletin sur la santé

Visitez le site nyc.gov/health pour consulter tous les bulletins sur la santé.
Appelez le 311 pour demander l'envoi gratuit de copies.

Faites-vous vacciner gratuitement ou à faible coût

- Demandez des renseignements à votre prestataire de soins de santé sur le vaccin contre la grippe. La plupart des régimes d'assurance, y compris Medicaid, payent ce vaccin.
- Consultez la pharmacie la plus proche de votre domicile. Nombreuses sont celles qui offrent le vaccin aux adultes.
- Demandez à votre employeur s'il offre le vaccin.
- Rendez-vous à la clinique d'immunisation du Département de la Santé, dans une clinique ou un hôpital géré par la ville. Ces établissements administrent des vaccins gratuits ou à faible coût contre la grippe à tous les patients et visiteurs.



Recherchez les établissements qui administrent le vaccin par quartier ou code postal en appelant le 311, en consultant le site nyc.gov/flu ou en envoyant **flu** (grippe) par SMS au **877877**.

SI VOUS CONTRACTEZ LA GRIPPE:

Ne prenez pas le risque de transmettre la grippe. Restez chez vous jusqu'à ce que la fièvre ait disparu depuis **au moins 24 heures** sans l'aide d'un médicament obtenu sans ordonnance.

Demandez des renseignements à votre prestataire de services de soins sur les **antiviraux**, des médicaments qui peuvent traiter la grippe. Ils peuvent vous aider à guérir plus vite et à éviter des maladies plus graves.

Personnes à haut risque de complications de la grippe

- | | | | |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Femmes enceintes• Enfants de moins de cinq ans (en particulier les moins de deux ans)• Adultes de 65 ans et plus• Personnes souffrant de certaines maladies<ul style="list-style-type: none">- Diabète- Maladie pulmonaire ou cardiaque | <ul style="list-style-type: none">- Asthme- Drépanocytose- Maladie des reins ou du foie- Troubles métaboliques- Déficience du système immunitaire (VIH ou traitement contre le cancer)- Troubles qui peuvent causer des problèmes | <ul style="list-style-type: none">respiratoires, tels que des troubles épileptiques, des troubles musculaires et nerveux- Personnes en surpoids- Enfants et adolescents (âgés de 6 mois à 18 ans) | <ul style="list-style-type: none">qui reçoivent un traitement par aspirine à long terme• Personnes vivant dans les maisons de repos ou autres établissements de soins• Amérindiens et populations autochtones d'Alaska |
|---|--|---|--|

Il est très important de vous faire vacciner si vous êtes un membre du personnel de santé ou que vous vous occupez d'une personne faisant partie des groupes à risque cités ci-dessus.

Ressources

Connectez-vous

 @nychealthy

 nychealth

 @nychealthy

Trouvez des établissements pour vous faire vacciner

Visitez le site nyc.gov/flu

En savoir plus

Visitez le site cdc.gov/flu

Recevez les derniers bulletins sur la santé

Visitez le site nyc.gov/health/pubs



Visitez le site nyc.gov/health pour accéder à ce bulletin sur la santé dans d'autres langues et à d'autres traductions de documents relatifs à la santé. Vous avez droit à des services dans votre langue. Ces services sont gratuits dans tous les cabinets et cliniques du Département de la Santé de la ville de New York.