

Jay Nolan Community Services

Recursos Humanos

Porque nos preocupamos por usted y su familia ...

Virus de la influenza – Previene la propagación

La influenza (comúnmente conocida como gripe) es una enfermedad contagiosa grave que puede llevar a la hospitalización o incluso a la muerte. Evite su propagación y minimice su impacto potencial con los siguientes pasos.



Medidas de prevención de la gripe:

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca para limitar la propagación de gérmenes.
- Limite el contacto cercano con otras personas que están enfermas.
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo cuando tosa o estornude.
- Vacúnese contra la gripe o una vacuna en aerosol nasal.

Tratamiento de la gripe:

- Si se enferma, limite su propio contacto con los demás.
- Si tiene síntomas similares a los de la gripe, la CDC recomiendan quedarse en casa durante al menos 24 horas después de que su fiebre se haya normalizado sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre.
- Sin embargo, salir para obtener atención médica y otras necesidades puede ser una excepción necesaria.
- Se ha demostrado que los medicamentos antivirales son útiles para disminuir los síntomas y la duración del tiempo que está enfermo. Si le recetaron medicamentos, asegúrese de tomarlos según las indicaciones.

La mejor protección contra la gripe es vacunarse todos los años.