

La Gripe H1N1 (Gripe de Cerdo) Información

PROPORCIONADO POR EL DISTRITO DE LA SALUD DE
CONDADO DE GALVESTON



La gripe H1N1 ha alcanzado titulares nacionales. El GCHD ha estado planeando para la posibilidad de una pandemia durante varios años y ofrece la información siguiente.

Hay diarias acciones que las personas pueden tomar para permanecer sanos.

- Cubre la nariz y la boca con un tejido cuando usted tose o estornuda. Tire el tejido en la basura después de que usted lo utilice.
- Lava las manos a menudo con jabón y agua, especialmente después de que usted tosa o estornude. Alcohol-basado limpiadores de manos es también efectivo.
- Evita tocar los ojos, la nariz o la boca. Los microbios se esparcen así.

Trate de evitar contacto cercano con enfermos.

- Es pensado que la Influenza se esparce principalmente interpersonal por toser o estornudar de personas infectadas.
- Si usted está febril, con dolores musculares, tiene una tos seca y dolorosa o garganta adolorida, regrese a casa de la escuela o el trabajo y llame a su proveedor de asistencia médica. Cuando usted está enfermo, mantenga su distancia de otros para protegerlos de enfermarse.
- Una lista completa de precauciones puede ser encontrada en www.cdc.gov/flu/protect/habits.htm.

Un sitio web ha sido desarrollado para proporcionar el público y los profesionales de la medicina con información reciente sobre actividades de gripe H1N1 en el Condado de Galveston así como información general sobre la enfermedad y su Prevención. El sitio web es situado en

www.gchd.org.

La prevención es nuestro mensaje clave. Nuestros objetivos son de prevenir las infecciones en el Condado de Galveston y para evitar extensión a otros. Hay mucho que cada uno de nosotros podemos hacer como individuos, y como una comunidad

NUESTRA COMUNIDAD PARA MÁS INFORMACIÓN

(409) 938-7221

(409) 938-7221

Galveston County Health District
1205 Oak St.
La Marque, TX 77568
www.gchd.org

