

What You Can Do To Help Protect From The Flu

Get Your Flu Vaccine • Cover Your Cough • Wash Your Hands Often



How to Help Prevent the Flu

Get your

Yearly flu vaccine

Cover Your Cough


Wash Your Hands


Stay Home if Sick

Don't give the flu to others

Is it a Cold or the Flu?

	High Fever	Body Aches and Pains	Extreme Exhaustion	Chest Discomfort	Headache	Stuffy Nose	Sneezing	Sore Throat	Dry Cough
Common Cold	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Flu (Influenza)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

WHO SHOULD GET THE FLU VACCINE?

Everyone 6 months of age & older!
(Talk to your Health Care Provider)

This Includes:

- ✓ Health Care Workers
- ✓ Child Care Workers
- ✓ Pregnant Women
- ✓ People with health conditions
- ✓ Diabetics
- ✓ Seniors
- ✓ Infants 6 months and over

WHAT SHOULD I EXPECT AFTER I GET MY FLU VACCINE

A sore arm for a few days. You could feel like you have a mild cold, tired or achy.

This is your body building up strength to protect you from the real flu.

If you get exposed to the flu you still may get mildly sick. The vaccine should help protect you from serious illness.

(See next box for emergency warnings)

FLU EMERGENCY WARNING SIGNS IN CHILDREN

- Fast breathing
- Bluish or gray skin
- Not waking up or interacting
- Severe or persistent vomiting
- Not drinking enough fluids

IN ADULTS

- Difficulty breathing, pain or pressure in chest
- Confusion
- Sudden Dizziness
- Severe or persistent vomiting

For more flu information or vaccine clinic locations visit WhyImmunize.org.



Qué Puede Hacer Para Ayudar a Protegerse de la Gripe

Obtenga su vacuna contra la gripe • Cubra su tos • Lave sus manos seguido



Cómo prevenir la gripe

Obtenga su vacuna



anual contra la gripe

Cubra su tos



Lave sus manos



Quédese en casa si está enfermo



No le de la gripe a otros

¿Se trata de un resfrío o de la gripe?

	Fiebre Alta	Dolores y Malestares en el Cuerpo	Agotamiento Extremo	Malestar Torácico	Dolor de Cabeza	Nariz Congestionada	Estornudos	Dolor de Garganta	Tos Seca
Resfrío Común	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Gripe (Influenza)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

¿QUIÉN DEBERÍA VACUNARSE CONTRA LA GRIPE?

¡Todos los 6 meses de edad y mayores! (Hable con su proveedor de atención médica)

Esto incluye:

- ✓ Trabajadores de la salud
- ✓ Trabajadores de cuidado de niños
- ✓ Mujeres embarazadas
- ✓ Personas con problemas de salud
- ✓ Diabéticos
- ✓ Personas mayores
- ✓ Bebés de 6 meses o más

¿QUÉ DEBO ESPERAR DESPUÉS DE RECIBIR MI VACUNA CONTRA LA GRIPE?

Su brazo dolorido por unos días. Te sentirás como si tuvieras un resfriado ligero, cansado o adolorido. Esto es su cuerpo fortaleciéndose para protegerse de la gripe real. Si se expone a la gripe, es posible que aún se enferme ligeramente. La vacuna debería ayudarlo a protegerse de una enfermedad grave (consulte el siguiente recuadro).

SEÑALES DE ADVERTENCIA DE EMERGENCIA DE GRIPE EN NIÑOS

- Respiración rápida
- Piel azulada o gris
- No despertando o interactuando
- Vómito severo o persistente
- No tomando suficientes líquidos

EN ADULTOS

- Dificultad para respirar, dolor o presión en el pecho
- Confusión
- Mareos imprevistos
- Vómitos severos o persistente

Para más información o ubicaciones de clínicas de vacunas, visite WhyImmunize.org