



Грипп, COVID-19 и РСВ: что Вам нужно знать

Пожилые люди и люди с ослабленной иммунной системой подвержены риску развития тяжелой формы гриппа, COVID-19 и респираторно-синцициального вируса (РСВ). У маленьких детей также может развиваться тяжелая форма РСВ.

Защитите себя и окружающих, поскольку мы все больше времени проводим вместе в помещении:

- Пройдите вакцинацию. Существуют вакцины как против COVID-19, так и против гриппа. Вакцины против РСВ не существует.
- Если заболели, оставайтесь дома.
- По возможности избегайте контакта с больными людьми.
- Если Вы ухаживаете за больным человеком, носите маску и часто мойте руки.
- Не прикасайтесь руками к своему лицу или лицу Вашего ребенка.
- Регулярно мойте руки в течение не менее 20 секунд.
- Очищайте поверхности, к которым часто прикасаются, например, дверные ручки и электронные устройства.
- По возможности носите маску в помещениях с большим скоплением людей и в окружении людей с ослабленной иммунной системой.
- Если Вы не можете носить маску, избегайте мест скопления людей, как в помещении, так и на улице.

Грипп, COVID-19 и РСВ вызываются вирусами

Эти вирусы могут распространяться, когда:

- Инфицированный человек разговаривает, кашляет или чихает рядом с другими людьми.
- Человек прикасается к поверхности или предмету, на котором находится один из этих вирусов, а затем касается собственного рта, носа или глаз.

Грипп, COVID-19 и РСВ могут вызывать схожие симптомы, включая:

- Повышенную температуру тела
- Кашель
- Боль в горле
- Насморк/заложенность носа
- Боли в мышцах или в теле
- Повышенную утомляемость
- Головную боль
- Рвоту или диарею (при гриппе, чаще у детей)
- Потерю вкуса или обоняния (при COVID-19)

Доступность документа: для лиц с ограниченными возможностями или лиц, не владеющих английским языком, ОНА может предоставить информацию в альтернативных форматах, например, в переводе, крупным шрифтом или шрифтом Брайля. Обратитесь в информационный центр по борьбе с COVID-19 по номерам телефонов 1-971-673-2411, 711 ТТУ или по адресу электронной почты

COVID19.LanguageAccess@dhs.oha.state.or.us.