

Vaksina e sivjetshme e gripit mund të jetë më e rëndësishmja që do të merrni ndonjëherë!

Pandemia e COVID-19 mund ta bëjë më të vështirë së kurrë sezonin e sivjetshëm të gripit. Bëjeni vaksinën e gripit përpara se të fillojë përhapja e virusit të gripit nëpër komunitet. Mbroni veten, familjen, fqinjët dhe kolegët.

Përse është e rëndësishme ta bëni vaksinën e gripit sivjet?

Mund të bëni dhe vaksinën e gripit, dhe të COVID-19. Vaksina e gripit mund:

- + T'ju shpëtojë jetën. Vitin e kaluar mbi 35 milionë njerëz në SHBA u sëmurën nga gripi, mbi 490 000 u shtruan në spital dhe mbi 34 000 vdiqën nga gripi
- + Të ulë rrezikun e sëmurjes nga gripi dhe të nevojës për t'u shtruar në spital
- + Të ulë rrezikun e sëmundjeve dhe të komplikacioneve më të rënda nëse merrni edhe COVID-19

Kush mund të vaksinohet për gripin?

Të gjithë njujorkezët duhet të vaksinohen, por veçanërisht:*

- + Fëmijët nën 2 vjeç
- + Të rriturit mbi 65 vjeç
- + Gratë shtatzëna apo që kanë lindur një fëmijë kohët e fundit
- + Banorët dhe personeli i azileve
- + Njerëzit me probleme mjekësore si p.sh. diabeti, astma, HIV, sëmundjet e veshkave dhe të zemrës
- + Të rritur dhe familjet që banojnë në një lagje të qytetit të Nju-Jorkut të prekur rëndë nga COVID-19
- + Të gjithë punonjësit e shërbimeve bazë, sidomos punonjësit shëndetësorë

Cila është mënyra më e mirë për të mbrojtur veten dhe të tjerët nga gripi dhe sëmundje të tjera të rrugëve të frymëmarrjes?

- + Bëni vaksinën e gripit
- + Lajini dhe dezinfektojini mirë dhe rregullisht duart
- + Shmangni prekjen e syve, hundës dhe gojës
- + Mbani maskë dhe sigurohuni që t'ju mbulojë hundën dhe gojën
- + Nëse ndiheni të sëmurë, qëndroni në shtëpi dhe zhvilloni një takim urgjent të kujdesit virtual me një prej doktorëve tanë
- + Bëni testin e COVID-19 - ato jepen falas dhe janë konfidenciale

* Burimi: Qendrat për Kontrollit dhe Parandalimin e Sëmundjeve (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

Gripi dhe COVID-19 - Mësoni faktet

 GRIPI	 COVID-19	 TË DY
+ Një infeksion i rrugëve të frymëmarrjes i shkaktuar nga virusi i gripit + Njerëzit mund të jenë ngjitës ose ta përhapin nga njëri person tek tjetri për 7 ditë + Mund të trajtohet me barna të miratuara nga Agjencia për Ushqimet dhe Barnat (Food and Drug Administration, FDA) që godet virusin e gripit + Mund të parandalohet me vaksinën e gripit	+ Një infeksion i rrugëve të frymëmarrjes i shkaktuar nga koronavirusi SARS-CoV-2 + Simptomat mund të zhvillohen 2-14 ditë nga infektimi + Mund të shkaktojë humbje të shijes dhe të nuhatjes + Mund të shkaktojë trombe gjaku në venat dhe arteriet e mushkërive, zemrës, këmbëve apo trurit + Mund të shkaktojë sindromën inflamatore multisistemike te fëmijët + Nuk ka vaksinë	+ Sëmundje ngjitëse të rrugëve të frymëmarrjes që mund të shkaktojnë sëmundje të rëndë dhe vdekje + Përhapen përmes spërkave në ajër brenda 6ft kur dikush që ka virusin kollitet, flet apo këndon + Përhapet nga sytë, hunda, goja + Njerëzit mund të jenë ngjitës edhe pa simptoma + Simptomat: ethe, dridhja, kollë, marrje fryme, vështirësi në frymëmarrje, lodhje, dhimbje fyti, kullim dhe zënie hundësh, dhimbje muskujsh, dhimbje trupi, dhimbje koke, të vjella, diarre + Komplikacionet: pneumoni, distres respirator, insuficiencë respiratore, sepsis, distres kardiak + Ka mundësi të dy viruset të jenë të pranishme paralelisht te njeriu + Përdorni mbulim për fytyrën për të parandaluar përhapjen + Larja e shpeshtë e duarve mund të parandalojë përhapjen

Vaksinat e gripit janë të sigurta, të shpejta dhe ofrohen me kosto të ulët ose falas pranë të gjitha pikave të "NYC Health + Hospitals" në çdo lagje. Vaksinohuni sot kundër gripit! Vizitoni nychealthandhospitals.org ose telefononi nr. 1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692) për të gjetur një pikë pranë jush.

Jeto jetën tënde më të shëndetshme.

NYC
HEALTH+
HOSPITALS