

Tegoroczna szczepionka przeciw grypie może być najważniejszą szczepionką w Twoim życiu!

Pandemia COVID-19 może sprawić, że tegoroczny sezon grypowy będzie trudniejszy niż kiedykolwiek wcześniej. Warto zaszczepić się wcześniej, zanim wirus grypy zacznie się rozprzestrzeniać. Chroń siebie, swoją rodzinę, sąsiadów i współpracowników.

Dlaczego w tym roku szczepienie przeciw grypie jest tak ważne?

Możliwe jest zarażenie się zarówno grypą, jak i COVID-19. Szczepienie przeciw grypie może:

- + Uratować życie. W ubiegłym roku w Stanach Zjednoczonych na grypę zachorowało ponad 35 milionów osób, ponad 490 000 było hospitalizowanych, a ponad 34 000 zmarło z jej powodu
- + Obniżyć ryzyko zachorowania na grypę i konieczności hospitalizacji
- + Obniżyć ryzyko poważniejszych chorób i powikłań w przypadku zachorowania również na COVID-19

Kto powinien zaszczepić się przeciw grypie?

Wszyscy nowojorczycy powinni zostać zaszczepieni przeciw grypie, jednak przede wszystkim:*

- + Dzieci poniżej 2 roku życia
- + Dorośli powyżej 65 roku życia
- + Kobiety w ciąży lub kobiety, które niedawno urodziły
- + Mieszkańcy i personel domów opieki
- + Osoby cierpiące na choroby, takie jak cukrzyca, astma, HIV, choroba nerek i serca
- + Dorośli i rodziny mieszkające w dzielnicach Nowego Jorku mocno dotkniętych COVID-19
- + Wszyscy pracownicy branż uznanych za niezbędne, zwłaszcza personel medyczny

Jak najlepiej chronić siebie i innych przed grypą i innymi chorobami układu oddechowego?

- + Zaszczep się przeciw grypie
- + Często i dokładnie myj lub dezynfekuj ręce
- + Nie dotykaj oczu, nosa i ust
- + Noś maseczkę i dopilnuj, aby zakrywała nos i usta
- + Jeśli poczujesz się źle, zostań w domu i umów się na wirtualną, pilną wizytę u jednego z naszych lekarzy
- + Wykonaj test na COVID-19 - jest on bezpłatny, bezpieczny i poufny

*Źródło: Centra Kontroli i Prewencji Chorób (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

Grypa i COVID-19 - poznaj fakty

 GRYPA	 COVID-19	 OBIE
+ Infekcja dróg oddechowych wywołana wirusem grypy + Osoby chore mogą zarażać przez 7 dni + Można ją leczyć lekiem zatwierdzonym przez Agencję Żywności i Leków (Food and Drug Administration, FDA), ukierunkowanym przeciw wirusowi grypy + Można jej zapobiegać poprzez szczepienie przeciw grypie	+ Infekcja dróg oddechowych wywołana koronawirusem SARS-CoV-2 + Objawy mogą pojawić się po upływie 2-14 dni od zakażenia + Może powodować utratę smaku i zapachu + Może powodować zakrzepy krwi w żyłach i tętnicach płuc, serca, nóg lub mózgu + Może powodować wieloukładowy zespół zapalny u dzieci + Szczepionka nie jest dostępna	+ Zakaźne choroby układu oddechowego, które mogą powodować poważne choroby i śmierć + Rozprzestrzeniają się drogą kropelkową na odległość do 6 stóp, gdy osoba zakażona wirusem kaszle, mówi lub śpiewa + Zakażenie następuje przez oczy, nos, usta + Zarażać mogą nawet osoby bez objawów + Objawy: gorączka, dreszcze, kaszel, duszność, trudności w oddychaniu, zmęczenie, ból gardła, katar i zaleganie wydzieliny w nosie, bóle mięśni, bóle ciała, ból głowy, wymioty, biegunka + Powikłania: zapalenie płuc, ostra niewydolność oddechowa, niewydolność oddechowa, posocznica, niewydolność serca + Możliwe jest jednoczesne zarażenie obydwoma wirusami + Zaskłanianie ust i nosa może zapobiec rozprzestrzenianiu wirusów + Częste mycie rąk może zapobiec rozprzestrzenianiu wirusów

Szczepienia przeciw grypie są bezpieczne, szybkie i dostępne za niewielką opłatą lub bezpłatnie we wszystkich oddziałach NYC Health + Hospitals w każdej dzielnicy. Już dziś zaszczep się przeciw grypie! Wejdź na stronę nychealthandhospitals.org lub zadzwoń pod numer 1-844-NYC-4NYC (1-844-692-4692), aby znaleźć najbliższy punkt szczepień w swojej okolicy.

Żyj pełnią zdrowia. **NYC HEALTH+ HOSPITALS**