



Konbat Grip la (Flou) nan Lakay ak Lekòl

Grip, oswa influenza, gaye fasilman epi li ka fè moun malad anpil, espesyalman timoun. Ou ka ede sispann grip la!

Men kèk nan sentòm grip la (the flu):

Lafyèw oswa frison, doulè nan kò, tous, gòj fè mal, maltèt, nen k ap koule oswa bouche, santi ou fatigue anpil. Gen kèk moun, espesyalman timoun, ki ka gen pwoblèm vant ak dyare. Kontrèman ak rim, grip la vini sanzatann.

Anpeche grip la (the flu)!

- Vaksen kont grip se pi bon pwoteksyon kont grip la. Yo rekòmande vaksen an chak ane pou tout moun ki gen 6 mwa oswa pi gran.
- Pran vaksen kont grip la pou ou ak pitit ou yo chak ane! Li ede fè maladi grip pi modere oswa anpeche li.
- Lè ou pran vaksen an bonè nan sezon otòn lan vle di ou menm ak pitit ou yo pral pwoteje lè sezon grip la kòmanse.
- Mande moun ki pre pitit ou yo, tankou gadri ak fanmi, pou yo pran vaksen an tou.
- Vaksen an enpòtan espesyalman pou moun ki gen sèten pwoblèm sante, tankou opresyon, dyabèt, kondisyon kè oswa poumon paske grip la ka fè yo menm pi malad.

Si pitit ou a gen grip la (The flu):

- Pitit ou a ap bezwen anpil repo ak anpil likid.
- Kenbe pitit ou a lakay li pa voye l lekòl pou omwen 24 èdtan apre lafyèw la ale san li pa itilize medikaman ki kontwole lafyèw la. Sa ede evite bay lòt moun grip la.
- Pale avèk pwofesyonèl swen sante pitit ou avan ou bay pitit ou medikaman san preskripsyon.
- Pa janm bay pitit ou oswa adolesan ou aspirin, oswa medikaman ki gen aspirin ladan. Aspirin ka lakòz gwo pwoblèm.
- Rele pwofesyonèl swen sante pitit ou a si pitit ou devlope sentòm grip la epi li gen pi piti pase 5 lane oswa li gen yon pwoblèm sante kwonik tankou opresyon, dyabèt oswa maladi kè oswa poumon. Timoun piti ak moun ki gen sèten pwoblèm sante gen plis risk pou vin malad anpil akòz grip la. Mande doktè yo si yo rekòmande yon medikaman antiviral.
- Si maladi pitit ou a ap fè ou enkyete, rele pwofesyonèl swen sante li a.

Pa gaye grip la (The flu)!

- Lave men ou souvan avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn.
- Si dlo ak savon pa sou lamèn, sèvi ak yon likid pou lave men (hand rub) ki gen alkòl.
- Touse oswa etènye nan yon tisi oswa nan anndan bra w, pa anndan men ou. Mete tisi sa ki itilize deja yo nan fatra a.
- Evite manyen zye ou, nen ou ak bouch ou. Se konsa jèm yo gaye.
- Rete lwen moun ki malad.

health.ny.gov/wic

