

Quick Facts

Seasonal Flu & Pandemic H1N1 Flu (Swine Flu)

	SEASONAL FLU	PANDEMIC H1N1 FLU
What is it?	A respiratory infection caused by flu viruses. Because seasonal flu viruses change every year, the seasonal flu vaccine is updated so that it protects against the current seasonal flu viruses.	A respiratory infection caused by a new flu virus. It's responsible for large outbreaks in many parts of the world. Most people don't have immunity to it because it's a new strain of flu.
How is it spread?	<ul style="list-style-type: none"> • From person to person through droplets from a sick person's cough or sneeze • By touching something with the virus living on it, such as a doorknob, and then touching your eyes, nose, or mouth 	
What are the symptoms?	<ul style="list-style-type: none"> • Fever • Headache • Tiredness • Dry cough • Sore throat • Stuffy nose • Body aches 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Same as seasonal flu</i> • May also have diarrhea and vomiting
When should you seek urgent medical treatment?	<p>FOR CHILDREN</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fast breathing or trouble breathing • Bluish skin color • Not able to drink enough liquids • Fever, with a skin rash • Flu symptoms that improve, then return with fever and worse cough • Not waking up, not interacting • Confusion • Being so irritable that she/he does not want to be held <p>FOR ADULTS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Difficulty breathing or shortness of breath • Pain or pressure in the chest or abdomen • Sudden dizziness • Confusion • Severe or continuing vomiting <p>If you have any of these symptoms, seek emergency medical care immediately.</p>	

	SEASONAL FLU	PANDEMIC H1N1 FLU
Who is at risk for getting it?	<p>Anyone can get the flu, but you are more likely to have serious health problems (complications) because of the flu if you</p> <ul style="list-style-type: none"> • Are 65 years of age or older • Have a chronic medical condition (such as diabetes or heart disease) • Are pregnant • Are a young child 	<p>Anyone can get H1N1 flu but you are more likely to have complications if you</p> <ul style="list-style-type: none"> • Are younger than 25 years of age • Have a chronic medical condition (such as diabetes or heart disease) • Are pregnant • Are a young child
How is it treated?	<ul style="list-style-type: none"> • Most people don't need medical care and will get better on their own with rest and fluids. • Take acetaminophen (Tylenol®), ibuprofen (Motrin®, Advil®), or naproxen (Aleve®) for fever and body aches— DO NOT take aspirin (acetylsalicylic acid). • If you have severe illness or are more likely to have complications, your doctor may prescribe antivirals (such as Tamiflu®). Antivirals don't guarantee the flu will go away or be less contagious. 	
How can it be prevented?	<ul style="list-style-type: none"> • Cover your nose and mouth with a tissue or your sleeve when you cough or sneeze. • Wash your hands often with soap and water and/or use gel sanitizers. • Avoid touching your eyes, nose, or mouth since germs spread that way. • Avoid close contact with sick people. • If you're sick, stay home for at least 24 hours after fever ends. • Get a flu vaccine, if recommended. 	
Who should get the vaccine?	<p>Anyone who wants to avoid the flu should get a seasonal flu vaccine, especially</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pregnant women • Children ages 6 months through 18 years • Those who live with or care for people at risk for flu complications, including children younger than 5 years and adults ages 50 and over • People ages 50 and older • People with chronic medical conditions like asthma or diabetes, weakened immune systems, or some disorders that cause swallowing problems • Health care workers • Those who live in a nursing home or other long-term care home 	<p>The H1N1 vaccine will be first available to</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pregnant women • People living with or caring for infants under 6 months of age • Health care workers • Emergency medical personnel • Children and young adults from 6 months through 24 years • People ages 25 through 64 years with chronic medical conditions like asthma, diabetes, or weakened immune systems

For more information

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)
 (800) CDC-INFO or (800) 232-4636
www.cdc.gov/h1n1flu

California Department of Public Health
 (888) 865-0564
www.cdph.ca.gov

Los Angeles County Department of Public Health
Health Care Services: Dial 2-1-1
www.publichealth.lacounty.gov/H1N1

DPH Update Listserv: E-mail Listserv@listserv.ph.lacounty.gov
 Include "subscribe DPHUPDATE first name last name" in the subject line and body

Datos Rápidos

Gripe Estacional y Gripe H1N1 Pandémica (Gripe Porcina)

	GRUPE ESTACIONAL	GRUPE H1N1 PANDÉMICA
¿Qué es?	Es una infección respiratoria causada por el virus de la gripe. La gripe estacional cambia cada año, y la vacuna de gripe estacional se modifica anualmente para proteger contra el virus actual de la gripe estacional.	Es una infección respiratoria causada por un nuevo virus de la gripe. Es responsable por alto números de brotes mundialmente. La mayoría de la gente no tiene inmunidad porque es un nuevo virus de la gripe.
¿Cómo se propaga?	<ul style="list-style-type: none"> • De persona a persona a través de las gotitas de la tos o estornudo de una persona enferma • Al tocar algo contado con el virus, tal como la manija de una puerta, y luego tocarse los ojos, la nariz, o la boca 	
¿Cuáles son los síntomas?	<ul style="list-style-type: none"> • Fiebre • Dolor de cabeza • Cansancio • Tos seca • Dolor de garganta • Constipación • Cuerpo adolorido 	<ul style="list-style-type: none"> • Los mismos que la gripe estacional • Pueden tener diarrea y vómito
¿Cuándo debe buscar tratamiento médico de urgencia?	<p>PARA LOS NIÑOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Respiración rápida o dificultad al respirar • Piel color azulado • No poder beber suficientes líquidos • Fiebre, con sarpullido • Síntomas de la gripe que mejoran y luego regresan con fiebre y peor tos • No despertarse, no interactuar • Confusión • Estar tan irritable que no quiere que le sostenga <p>PARA LOS ADULTOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dificultad al respirar o falta de aliento • Dolor o presión en el pecho o abdomen • Mareo repentino • Confusión • Vómito continuo o severo <p>Si tiene alguno de estos síntomas, busque asistencia de emergencia médica de inmediato.</p>	

	GRUPE ESTACIONAL	GRUPE H1N1 PANDÉMICA
¿Quién está en riesgo de contagiarse?	<p>Cualquier persona puede contraer la gripe, pero tiene más riesgo de tener problemas de salud serios (complicaciones) a causa de la gripe si...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Es mayor de 65 años de edad • Tiene una condición médica crónica (como la diabetes o enfermedad del corazón) • Está embarazada • Es un niño pequeño 	<p>Cualquier persona puede contraer la H1N1 pandémica pero tiene más riesgo de tener complicaciones si...</p> <p>Es menor de 25 años de edad</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tiene una condición médica crónica (como la diabetes o enfermedad del corazón) • Está embarazada • Es un niño pequeño
¿Cómo se atiende?	<ul style="list-style-type: none"> • La mayoría de las personas no necesitan atención médica y se mejoraran por si mismos con líquidos y descansando. • Tome acetaminofén (Tylenol), ibuprofeno (Motrin, Advil) o naproxeno (Aleve) para la fiebre y dolores del cuerpo – No tome aspirina (ácido acetilsalicílico). • Si usted tiene una enfermedad grave o es más propenso a tener complicaciones, su médico puede recetarle antivirales (como Tamiflu). Los antivirales no garantizan que la gripe desaparezca o que será menos contagiosa. 	
¿Cómo se puede prevenir?	<ul style="list-style-type: none"> • Cubra su nariz y su boca con un pañuelo o en su manga cuando tosa o estornude. • Lávese las manos seguido con agua y con jabón y/o use gel desinfectante. • Evite tocar sus ojos, nariz, o boca ya que los gérmenes se propagan de esa manera. • Evite contacto cercano con personas enfermas. • Si está enfermo, quédese en casa por lo menos 24 horas después que se le quite la fiebre. • Vacúnese contra la gripe, si es recomendable. 	
¿Quién se debe vacunar?	<p>Cualquiera que quiera evitar contraer la gripe, debería vacunarse contra la gripe estacional, especialmente...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mujeres embarazadas • Niños entre 6 meses y 18 años de edad • Personas que viven o cuidan a personas con riesgo de complicaciones de la gripe, incluyendo niños menores de 5 años y adultos mayores de 50 años • Personas mayores de 50 años de edad • Personas con condiciones médicas crónicas como el asma o la diabetes, sistema inmune débil, o alguna enfermedad que cause problemas al tragar • Proveedores de salud • Personas que viven en residencias de la tercera edad o en instalaciones de cuidado a largo plazo. 	<p>La vacuna para la H1N1 se hará disponible primeramente a</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mujeres embarazadas • Personas que viven con o cuidan bebés menores de 6 meses de edad • Proveedores de salud • Personal de cuidado médico de emergencias • Niños y adolescentes de 6 meses a 24 años de edad • Personas entre 25 y 64 años con condiciones medicas crónicas como asma, diabetes o con sistemas inmunes débiles

Para mas información

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)
 (800) CDC-INFO or (800) 232-4636
www.cdc.gov/h1n1flu

California Department of Public Health
 (888) 865-0564
www.cdph.ca.gov

Los Angeles County Department of Public Health
Health Care Services: Dial 2-1-1
www.publichealth.lacounty.gov/H1N1

DPH Update Listserv: E-mail Listserv@listserv.ph.lacounty.gov
 Include "subscribe DPHUPDATE first name last name" in the subject line and body

10/23/09

