

Influenza is on the Rise Across San Diego

Wilma Wooten, M.D., M.P.H. Public Health Officer Director, Public Health Services is urging people, especially young adults, to get vaccinated.

Aumentan los casos de influenza

The H1N1 virus has been circulating more severely in young and middle age adults.

People are contagious even before developing the fever. So they are contagious before they even realize they are sick with the influenza.

It is not too late to be vaccinated. Vaccinations decrease the chances of getting sick.

Everyone who is not vaccinated needs to get vaccinated.

Pregnant women must get the Flu Shot. The flu vaccine is the best protection for the mother and her baby.

If you are sick stay home!

It takes two weeks for the vaccine to become effective, so if the person is exposed during those two weeks, he or she may get sick.

Every year it is recommended for people get the flu vaccine.



“Es urgente que todos los adultos jóvenes se vacunen contra la gripe” comentó la Dra. Wilma Wooten, M.D., M.P.H. Directora del Departamento de Salud Pública del Condado

La gripe ha sido más severa en los adultos jóvenes y de mediana edad debido a que la cepa que circula es el virus de la Influenza H1N1.

La gente empiezan a transmitir la gripe a los de su alrededor desde antes de enterarse que ellos están enfermos porque la gripe o influenza es contagiosa desde un día antes de desarrollar fiebre.

La vacuna antigripal reduce las posibilidades de contraer la enfermedad porque incluye todas las cepas de esta temporada de gripe. Incluso la de la Influenza H1N1

La vacuna antigripal es la mejor protección para la mamá y su bebé

La efectividad de la vacuna antigripal toma dos semanas. Por lo mismo, si una persona se expone al virus durante esas dos semanas, él o ella se puede enfermar.

Quédese en casa si está enfermo.

Cada año, la gente necesita la vacuna contra la gripe.

Get vaccinated!

Todo el que no se haya vacunado contra la gripe debe hacerlo ¡Vacúnese!

It is not too late to be vaccinated.

County public health centers have flu vaccinations available for children and adults with no medical insurance. For a list of locations, visit: www.sdiz.org or call 2-1-1.

No es demasiado tarde para vacunarse. Los centros de salud pública del condado ofrecen la vacuna contra la gripe para las personas sin seguro médico. Para obtener una lista de los sitios donde puede ir a vacunarse, visite: www.sdiz.org o llame al 2-1-1.