

ABOUT FLU

Frequently Asked Questions



Cook County DEPT. of
Public Health
A division of Cook County Health

**BUILDING
HEALTHIER
COMMUNITIES**



ABOUT FLU

Influenza (flu) is a contagious respiratory illness caused by influenza viruses that infect the nose, throat, and lungs. Influenza A and B viruses routinely spread in people between October and March every year.

THE FLU IS NOT THE SAME AS A COLD!

A cold is usually mild. You may feel stuffy, sore throat or sneezy, but you can still go about your day. The flu is more serious and comes on suddenly. It can make you feel very tired, with fever and body aches. It can also lead to more serious illness, hospitalization or even death.

WHO IS AT RISK?

Older people, young children, and people with [certain health conditions](#) are at higher risk of serious flu complications. The flu virus causes millions of illnesses and thousands of deaths in the U.S. annually.

HOW FLU SPREADS

The flu virus is spread by droplets made when people with flu cough, sneeze, or talk. People may spread flu to others before realizing they are sick or when sick with symptoms.

WHEN ARE PEOPLE MOST CONTAGIOUS?

People are most contagious during the first three days of their illness. Some otherwise healthy adults may be able to infect others beginning one day before symptoms develop and up to five to seven days after becoming sick.

HOW IS FLU PREVENTED?

The single most important step in preventing flu is to get a flu vaccine each year. The flu vaccine is safe and effective. Learn more about flu myths and facts at [cookcountypublichealth.org](https://www.cookcountypublichealth.org).

WHO SHOULD GET A FLU SHOT?

Everyone 6 months and older should get a flu shot (unless a doctor says it is not safe). It is extra important for:

- Babies and young children
- Adults ages 65 and older
- Pregnant people
- People with long-term health problems (like heart disease, lung disease, or diabetes)
- People who live with or care for someone at high risk

**CHECK THE
SCHEDULE**

SPREAD FACTS, NOT FLU. GET YOUR SHOT.
Find a flu clinic near you. Scan the QR code at right.



SYMPTOMS

Flu symptoms usually come on suddenly. People who have flu often feel some or all of these signs and symptoms:

- fever* or feeling feverish
- chills
- cough
- sore throat
- runny or stuffy nose
- muscle or body aches

*It's important to note that not everyone with flu will have a fever.



TREATING THE FLU



MEDICINE MAY HELP.

- Some special flu medicines (like Tamiflu) may make you feel better, faster.
- They work best when taken within two days of getting sick.



STAY HOME IF SICK.

- Rest and sleep.
- Drink lots of water or soup.
- Take acetaminophen or ibuprofen to help with fever and body aches.
- Stay away from others to avoid spreading flu germs.



CALL YOUR HEALTHCARE PROVIDER OR GO TO URGENT CARE OR ER IF YOU:

- Have trouble breathing
- Have chest pain
- Get very weak or dizzy
- Cannot keep fluids down
- Headaches
- Fatigue (tiredness)
- Some people may have vomiting and diarrhea, though this is more common in children than adults.

SOBRE LA GRIPE

Preguntas frecuentes



Cook County DEPT. of
Public Health
A division of Cook County Health

**BUILDING
HEALTHIER
COMMUNITIES**



SOBRE LA GRIPE

La influenza (gripe) es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y los pulmones. Los virus de la influenza A y B se propagan habitualmente entre las personas entre octubre y marzo de cada año.

LA GRIPE NO ES LO MISMO QUE UN RESFRIADO!

Un resfriado suele ser leve. Puede sentirse congestionado, con dolor de garganta o estornudos, pero aún puede continuar con su día. La gripe es más grave y aparece repentinamente. Puede hacer que se sienta muy cansado, con fiebre y dolores corporales. También puede causar una enfermedad más grave, hospitalización o incluso la muerte.

¿QUIÉN ESTÁ EN RIESGO?

Las personas mayores, los niños pequeños y las personas con [ciertas condiciones médicas](#) tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por la gripe. El virus de la gripe causa millones de enfermedades y miles de muertes en los EE. UU. cada año.

CÓMO SE PROPAGA LA GRIPE

El virus de la gripe se propaga por medio de gotitas que se producen cuando las personas con gripe tosen, estornudan o hablan. Las personas pueden contagiar la gripe a otras antes de darse cuenta de que están enfermas o cuando ya están enfermas con síntomas.

¿CUÁNDO SON MÁS CONTAGIOSAS LAS PERSONAS?

Las personas son más contagiosas durante los primeros tres días de su enfermedad. Algunos adultos por lo demás sanos pueden contagiar a otros desde un día antes de que se presenten los síntomas y hasta cinco a siete días después de enfermarse.

¿CÓMO SE PREVIENE LA GRIPE?

La medida más importante para prevenir la gripe es recibir la vacuna contra la gripe cada año. La vacuna contra la gripe es segura y eficaz. Obtenga más información sobre mitos y hechos de la gripe en cookcountypublichealth.org.

¿QUIÉN DEBE VACUNARSE CONTRA LA GRIPE?

Todas las personas de 6 meses en adelante deben vacunarse contra la gripe (a menos que un médico diga que no es seguro). Es especialmente importante para:

- Bebés y niños pequeños
- Adultos de 65 años en adelante
- Personas embarazadas
- Personas con problemas médicos a largo plazo (como enfermedades del corazón, enfermedades pulmonares o diabetes)
- Personas que viven con alguien o cuidan a alguien con alto riesgo

**CONSULTE
EL HORARIO**

PROTÉJASE Y PROTEJA A OTROS CONTRA LA GRIPE.
Busque una clínica de vacunación contra la gripe cerca de usted. Escanee el código QR a la derecha.

**EVERY
VACCINE
COUNTS**



FAQ SOBRE LA GRIPE

Continuación



Cook County DEPT. of
Public Health
A division of Cook County Health

**BUILDING
HEALTHIER
COMMUNITIES**

SÍNTOMAS

Los síntomas de la gripe suelen aparecer repentinamente. Las personas que tienen gripe a menudo sienten uno o más de estos signos y síntomas:

- fiebre* o sensación de fiebre
- escalofríos
- tos
- dolor de garganta
- secreción o congestión nasal
- dolores musculares o corporales

*Es importante tener en cuenta que no todas las personas con gripe tendrán fiebre.



TRATAMIENTO DE LA GRIPE



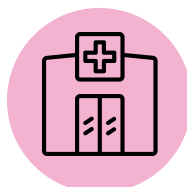
EL MEDICAMENTO PUEDE AYUDAR.

- Algunos medicamentos especiales para la gripe (como Tamiflu) pueden hacer que se sienta mejor más rápido.
- Funcionan mejor cuando se toman dentro de los dos días de haberse enfermado.



QUÉDESE EN CASA SI ESTÁ ENFERMO.

- Descanse y duerma.
- Beba mucha agua o sopa.
- Tome acetaminofén o ibuprofeno para ayudar con la fiebre y los dolores corporales.
- Manténgase alejado de los demás para evitar propagar los gérmenes de la gripe.



LLAME A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA O VAYA A ATENCIÓN DE URGENCIA O A LA SALA DE EMERGENCIAS SI:

- Tiene dificultad para respirar
- Tiene dolor en el pecho
- Se siente muy débil o mareado
- No puede retener líquidos
- Dolores de cabeza
- Fatiga (cansancio)
- Algunas personas pueden tener vómitos y diarrea, aunque esto es más común en niños que en adultos.