

COVID-19 и сезонный грипп

Ноябрь 2022 г.

И грипп, и COVID-19 — это респираторные инфекции. Они поражают легкие и дыхательную систему. Защитите себя и своих близких — пройдите вакцинацию от гриппа и ревакцинацию от COVID-19.

- Вакцину от гриппа ежегодно совершенствуют, чтобы она могла обеспечить защиту от тех штаммов (типов) гриппа, которые, по предположениям ученых, будут самыми распространенными или опасными в этом году.
- Бустерные дозы вакцины от COVID-19 разработаны для защиты от новых штаммов (типов) COVID-19, которые являются наиболее заразными.
- Важно проходить вакцинацию от гриппа каждый год, а ревакцинацию от COVID-19 — при каждой возможности.

Чтобы получить более подробную информацию о вакцине от гриппа, посетите сайт bit.ly/FluPHL

Чтобы получить более подробную информацию о вакцине от COVID-19, посетите сайт bit.ly/COVIDvaxPHL

Оба заболевания: и COVID-19, и грипп — распространяются схожим образом и имеют похожие симптомы, но вызываются разными вирусами.

Пути распространения COVID-19 и гриппа



- Мелкие частицы слюны или носовой слизи могут попадать в воздух, когда человек с COVID-19 или гриппом дышит, чихает или кашляет. Через них вирус может попасть в организм другого человека.



- Прикосновения к предмету или поверхности, на которых находится вирус, а затем ко рту, носу или глазам.

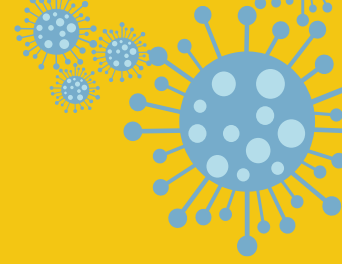


- **Знаете ли вы?** Люди, зараженные COVID-19 или гриппом, могут не испытывать никаких симптомов. Они могут распространять вирус среди окружающих еще до того, как почувствуют себя больными.

Как предотвратить распространение COVID-19 и гриппа:

- Носите маску в местах скопления людей.
- Часто мойте руки.
- Старайтесь не касаться лица.
- Кашляйте и чихайте во внутренний сгиб локтя или в салфетку.

Чтобы БЕСПЛАТНО получить маски, посетите сайт <https://bit.ly/FreeN95s>



Ресурсы для борьбы с COVID-19 и сезонным гриппом

Ноябрь 2022 г.

COVID-19 и грипп имеют схожие симптомы. Оба заболевания могут протекать как совсем без симптомов (бессимптомные формы), так и в легкой или тяжелой форме. Для дополнительной информации посетите сайт bit.ly/FLUvsCOVID.

Чтобы узнать, есть ли у кого-то грипп и (или) COVID-19, необходимо провести тест. Вакцинация от сезонного гриппа и ревакцинация от COVID-19 — лучший способ защититься от этих заболеваний.

Информация о том, как **БЕСПЛАТНО** пройти вакцинацию или тест

Вакцины от гриппа
bit.ly/FluPHL

Вакцины против COVID-19
bit.ly/COVIDvaxPHL

Тесты на COVID-19
[bit.ly/Covid19 test](https://bit.ly/Covid19_test)

Более подробная информация о COVID-19 и гриппе

Департамент общественного здоровья Филадельфии
215-685-5488

Обращайтесь в обычное рабочее время.

Наберите **711** для вызова с помощью службы ретрансляции или телетайпа.

Доступен перевод на разные языки

Нажмите **2** для перевода на испанский или **3** для перевода на другой язык.

Найдите центры, в которых первичная медицинская помощь оказывается **БЕСПЛАТНО** или недорого

www.phila.gov/primary-care

Независимо от наличия страховки.

Поиск по месту, типу первичной помощи, узким специалистам
и возможности тестирования.

**Если у вас есть вопросы о вакцинации от сезонного гриппа или COVID-19,
а также если вы плохо себя чувствуете, обратитесь к своему лечащему врачу.**

Оставайтесь на связи — и будьте в курсе событий

Чтобы задать вопрос, обратитесь к нам по эл. почте
PublicHealthPreparedness@phila.gov или оставьте сообщение
по телефону **(215) 429-3016**. Мы будем рады с вами пообщаться!

