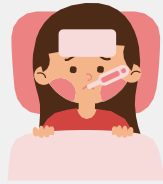


COVID-19, РСВ й сезонний грип

Симптоми респіраторних вірусів



Лихоманка



Озноб



Утома



Кашель

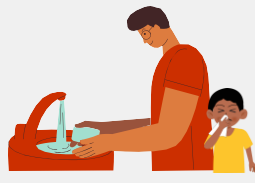


Головний біль

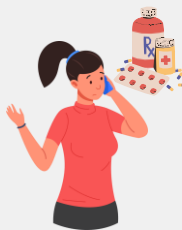
Основні способи профілактики захворювань



Вакцини



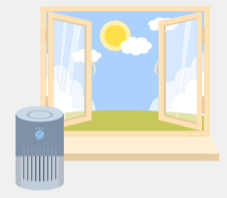
Гігієна



Лікування



Залишитися вдома
й запобігати
поширенню



Кроки для
чистішого повітря

Додаткові способи профілактики захворювань



Маски



Дотримання
дистанції



Тести

Якщо ви погано почуваєтеся, залишайтеся вдома й тримайтеся подалі від інших людей цілодобово, доки не настануть ОБИДВІ наведені нижче умови.



Ваші симптоми покращуються



У вас немає лихоманки (без ліків)



Потім уживайте додаткових заходів безпеки протягом наступних 5 днів.

Використовуйте додаткові стратегії, якщо:

- ✓ У вашій громаді хворіє багато людей.
- ✓ Ви або ті, хто вас оточує, нещодавно заразилися, хворієте або одужуєте.
- ✓ Ви або ті, хто вас оточує, швидше за все, можете серйозно захворіти.

Люди, у яких більше шансів важкого перебігу хвороби



Люди похилого віку



Немовлята й Діти віком до 5 років



Люди з обмеженими можливостями



Вагітні жінки



Люди з певними станами здоров'я



Люди з послабленою імунною системою

Ресурси про COVID-19, РСВ й сезонний грип

Короткі факти про вакцину

- ♦ Вакцина проти грипу оновлюється щороку для захисту від типів грипу, які, згідно прогнозу, будуть найбільш поширеними.
- ♦ Оновлені вакцини проти COVID-19 створено для захисту від найновіших типів / варіантів вірусу.
- ♦ Імунізація від РСВ захищає немовлят і дорослих віком від 60 років від важкого перебігу РСВ-інфекції.

Дізнайтеся більше про вакцини

- ♦ bit.ly/FluPHL
- ♦ bit.ly/COVIDvaxPHL
- ♦ bit.ly/RSVvaxPHL



Зверніться до свого лікаря, якщо у вас є запитання про вакцини або якщо ви погано почуваєтеся.

Знайдіть лікаря

Важливо мати такого сімейного лікаря, якому ви довіряєте і який допоможе вам залишатися здоровим протягом осінньої пори, особливо якщо у вас є хронічні захворювання.

Скористайтеся **Засобом пошуку первинної медичної допомоги** за адресою www.phila.gov/primary-care, щоб знайти безкоштовні або недорогі послуги медичної допомоги, навіть якщо у вас немає страхування.

Шукайте за мовою, розташуванням, спеціальністю тощо.

Зверніться в Департамент охорони здоров'я

Щоб отримати докладнішу інформацію або якщо у вас виникли запитання, зателефонуйте в кол-центр Департаменту охорони здоров'я Філадельфії за номером **215-685-5488**, відчинено з **понеділка по п'ятницю з 8:30 до 17:00**.

Щоб отримати переклад на іспанську, **натисніть 2**; щоб отримати переклад на вашу мову, **натисніть 3**.

Люди з вадами слуху й зору (TRS/TTY) можуть отримати допомогу за номером 711.

Програма забезпечення громадського здоров'я допомагає громадам підготуватися до надзвичайних ситуацій у сфері громадського здоров'я та реагувати на них за допомогою тренінгів, інформаційних таблиць і поквартирного обходу з метою агітації. Ми можемо прийти у вашу громаду!

Відвідайте наш вебсайт за адресою bit.ly/PDPHPreparednessOutreach.

Щоб отримати друковані копії цього флаєра, поставити запитання або повідомити про проблеми з перекладом, пишуть нам на електронну адресу

PublicHealthPreparedness@phila.gov або

Залиште повідомлення за номером **215-429-3016**.

Будемо раді вашим відгукам, запитанням і пропозиціям!

Слідкуйте за нами в соціальних мережах!



@PHLHthPrepare



Philly Health Prepared



@Phpublichealth



Department of
Public Health
CITY OF PHILADELPHIA