



100 W. Walnut Ave., Ste. 92, Dalton, GA ~ (706) 272-2342 ~ www.nghd.org

Updated: 8/27/2009

Novel H1N1 Virus (Swine Flu) Facts and Recommendations

- Most people who have been ill with the novel H1N1 virus (also known as Swine Flu) have recovered.
- We are monitoring hospitalization and death rates.
- Whether you are tested and actually diagnosed with novel H1N1 is less important than what you do if you become sick.
- It's possible that people around you may get sick and you may get sick, especially now as students return to school.
- If you are sick with a flu-like illness, stay home until you have been symptom-free for 24 hours (without medication).
- Most people infected with this virus have experienced the regular symptoms of flu (fever, cough, body aches, and a significant number of people have reported vomiting and diarrhea).
- There are locally available antiviral medications against flu through private medical providers.
- The priority use for influenza antiviral drugs at this time is to treat people hospitalized for influenza and those with influenza who have a medical condition that increases their risk of severe influenza.
- Wash your hands with soap and water for 20 seconds or use alcohol-based hand sanitizers.
- Get your seasonal flu shot as soon as it becomes available.
- Cover coughs and sneezes with a tissue or the sleeve of your garment.
- Avoid touching your mouth, eyes or nose; germs spread that way.
- Try to avoid close contact with sick people.
- Pregnant women with suspected or confirmed influenza infection need to seek prompt medical treatment.
- People with chronic diseases or compromised immune systems should avoid caring for someone with suspected or confirmed influenza infection and should seek prompt medical treatment if they have been exposed.
- Follow public health advice regarding school closures, avoiding crowds and other social distancing measures.
- Vaccine is unlikely to be available until mid-October at the earliest.
- Develop a family emergency plan – visit www.nghd.org for guidance.
- Stay informed. Go online to www.nghd.org, www.flu.gov and www.cdc.gov/h1n1flu/.



DISTRITO DE SALUD DEL NORTE DE GEORGIA

100 W. Walnut Ave., Ste. 92, Dalton, GA ~ (706) 272-2342 ~ www.nghd.org

Actualizado: 8/27/2009

Virus nuevo de H1N1 (Gripe Porcina) Hechos y Recomendaciones

- La mayor parte de personas que han estado enfermas con el virus nuevo H1N1 (también conocido como Gripe Porcina) se ha recuperado.
- Estamos monitoreando las hospitalizaciones y los índices de mortandad.
- Si usted es examinado y realmente diagnosticado con el virus nuevo H1N1, esto es menos importante que lo usted haga en caso de enfermarse.
- Es posible que la gente alrededor de usted pueda enfermarse y usted también pueda enfermarse, especialmente con el regreso a la escuela.
- Si usted esta enfermo con una enfermedad parecida a una gripe, quédese en casa hasta que usted este sin síntomas durante 24 horas (sin medicamento).
- La mayor parte de personas infectadas por este virus hasta ahora han experimentado los síntomas regulares de la gripe (fiebre, tos, dolor de cuerpo, y un numero significativo ha reportado vómitos y diarrea).
- Hay medicamentos antivirales contra la gripe disponible por medio de proveedores médicos privados.
- La prioridad de uso de medicamentos antivirales para la gripe en este momento es para tratar a la gente hospitalizada con la gripe, y aquellos con gripe que tienen una condición médica que aumenta su riesgo de una gripe severa.
- Lávese las manos con jabón y agua por 20 segundos o use desinfectante para las manos a base de alcohol.
- Póngase su vacuna de la gripe temporal en cuanto este disponible.
- Cúbrase con una toalla o con la manga de su prenda cuando tosa y estornude.
- Eviten tocarse la boca, ojos y nariz, los gérmenes se riegan de esta manera.
- Traten de evitar contacto cercano con personas enfermas.
- Mujeres embarazadas con sospechas o infecciones de la gripe confirmadas necesitan buscar tratamiento medico.
- La gente con enfermedades crónicas o sistemas inmunológicos comprometidos deben evitar cuidar a alguien con sospecha o infección de gripe confirmada.
- Sigam recomendaciones de la Salud Publica en cuanto a cierres escolares y eviten muchedumbres, y otras medidas sociales de distanciamiento.
- Es poco probable que las vacunas estén disponibles hasta mediados de Octubre, a más temprano.
- Desarrollen un plan de emergencia familiar – visiten www.ndhg.org para una guía.
- Manténgase informado visitando los siguientes sitios en línea www.nghd.org, www.flu.gov y www.cdc.gov/h1n1flu/.