



Limpia Lave sus manos **Cubra** Cubra su tos y estornudos **Controlar** Controle sus gérmenes-quédese en casa si está enfermo

Siga Estos Pasos de Sentido Común para la Influenza H1N1

Si usted tiene síntomas similares a los del gripe incluyendo:

Fiebre con más de 100°F (37.8°C) Y tos, dolor de garganta o su nariz está goteando o congestionada

Entonces Quéde en Casa y LLAME a Su Doctor

Si se siente medianamente enfermo con síntomas similares a los de la gripe - QUEDESE EN CASA y recupérese, a no ser que tenga los siguientes SINTOMAS PREOCUPANTES:

Síntomas que señalan de alarma que pueden necesitar atención Médica de Emergencia incluyen:

EN NIÑOS

- ☆ Respiración rápida o dificultad para respirar
- ☆ Color de piel azulado (en personas de tez clara) y color de piel grisácea (en personas de piel oscura)
- ☆ No toma suficientes fluidos
- ☆ Vómito persistente
- ☆ No se despierta o no responde como lo hace usualmente o no interactúa
- ☆ Síntomas de deshidratación, como mareos cuando está parado, no orina o en los niños cuando lloran no les salen lágrimas
- ☆ Se siente tan irritado que el niño ni siquiera quiere que lo carguen en brazos
- ☆ Síntomas de gripe mejoran pero vuelven con fiebre y peor tos
- ☆ Fiebre con irritación o ronchas
- ☆ Convulsiones

EN ADULTOS

- ☆ Respiración agitada o dificultad para respirar
- ☆ Dolor o presión en el pecho o abdomen
- ☆ Mareos o confusión
- ☆ No toma suficientes fluidos o está vomitando y no puede retener los líquidos
- ☆ Vómito severo o persistente
- ☆ Síntomas de gripe mejoran pero vuelven con fiebre y peor tos

ready.illinois.gov



Las Precauciones de Sentido Común incluyen:

- ☆ Lavarse las manos con frecuencia, especialmente después de toser, estornudar y de limpiar o soplar su nariz
- ☆ Cubra su boca cuando esté tosiendo o estornudando
- ☆ Utilice pañuelos de papel o "tissue" cuando se limpie o suene su nariz; tírelo a la basura luego de usarlo
- ☆ Si es posible, evite vivir y/o dormir en lugares con mucha gente.
- ☆ Quédese en su casa y evite contacto con otros para protegerlos de que no se contagien con su enfermedad

Si tiene preguntas básicas que no sean médicas sobre la Influenza H1N1 llame a la línea "hotline" del Estado de Illinois al 866-848-2094 (en inglés) o al 866-241-2138 (en Español).