

流感和COVID-19

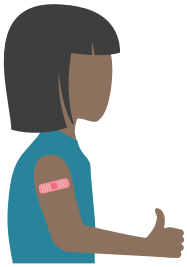
在这个季节保护您的健康



在这个流感季节，COVID-19 仍然存在。

注射流感疫苗。注射 COVID-19 疫苗。保持您的健康习惯。预防这些严重的呼吸道疾病。

接种流感疫苗比以往任何时候都更加重要。



我们还没有COVID-19疫苗，但我们有流感疫苗！年龄满6个月及以上的所有人每年都应该接种流感疫苗。

- 它可以防止您感染流感。
- 如果您还是感染了流感，那么您的病情会较轻，病程会较短。
- 它可以在整个季节保护您和您周围的人。

流感和COVID-19有许多相同症状。

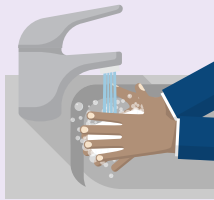
- 咳嗽。
- 发热。
- 咽喉痛。
- 全身酸痛。

如果您感到不适，请待在家中。

致电医疗服务提供者，以了解下一步该做些什么。只有医学检测才能确定您是否患有流感或COVID-19。



健康的习惯可以抵抗流感和COVID-19。



经常用肥皂和水洗手，每次至少20秒钟。



咳嗽和打喷嚏时用纸巾或肘部遮住口鼻。



若您患病，请留在家中，并致电医疗服务提供者。



请佩戴口罩。与非同住者保持6英尺距离。



那些对严重疾病有高风险的人群应密切监视自己的健康状况。

- 5岁以下的儿童（尤其是2岁以下的儿童）。
- 65岁以上的成年人。
- 孕妇。
- 患有哮喘、糖尿病或心脏病等慢性疾病的人。

接种疫苗。

您可以在同一天接种流感疫苗和COVID-19疫苗。访问 tpchd.org/flu，寻找附近的药店或诊所。



保护您的健康以及我们的医疗保健系统。

COVID-19使我们的医院资源紧张。恶劣的流感季节可能会使医疗系统运行变得愈加困难。您已成为对抗COVID-19的专家。现在，也要同时抗击流感！

皮尔斯县，
让我们也来抗击流感！

如需了解更多信息，请访问 tpchd.org/flu。



Tacoma-Pierce County
Health Department
Healthy People in Healthy Communities