

독감과 코로나19

이번 계절 건강을 지키세요



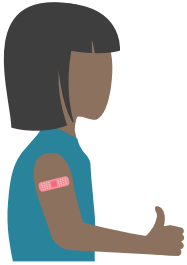
이번 계절성 독감은 COVID-19가 함께합니다.

독감 백신을 접종하세요. COVID-19 백신을 접종하세요. 건강한 생활 습관을 유지하세요. 중증 호흡기 질병으로부터 보호하세요.

독감과 코로나19는 공통적인 증상이 많습니다.

- 기침.
- 발열.
- 인후통.
- 근육통.

독감백신 접종이 그 어느 때보다 중요한 시기입니다.



코로나19 백신은 아직 없습니다 하지만, 우리에게 독감백신이 있습니다! 생후 6개월 이상이라면 누구나 매년 독감백신을 접종해야 합니다.

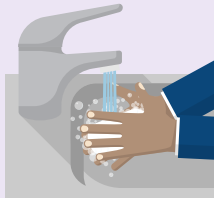
- 독감을 예방할 수 있습니다.
- 독감에 걸리더라도, 그 증상이 훨씬 가볍고 일찍 치유될 수 있습니다.
- 본인과 주위 사람의 건강을 계절 내내 지켜줍니다.

몸이 아프면, 집에 머무르세요.

의료 제공자에게 전화하여 어떻게 해야 하는지 문의하세요. 의료 검사를 통해서만이 독감 또는 코로나19 감염 여부를 알 수 있습니다.



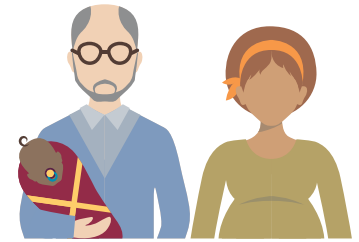
독감과 코로나19를 예방하는 건강한 습관.



최소 20초 이상 비누와 물로 손을 자주 씻습니다.



기침이나 재채기를 할 때는 휴지나 팔꿈치로 입과 코를 가립니다.



중병에 걸릴 위험이 높은 대상자는 건강을 면밀히 모니터링해야 합니다.

- 5세 미만 어린이(특히 2세 미만).
- 65세 이상 성인.
- 임신부.
- 천식, 당뇨병, 심장병 등 만성 질환이 있는 사람.



아플 때는 집에 머물고 의료 제공자에게 전화하세요.



마스크를 착용하세요. 함께 살지 않는 사람과는 6피트(2 미터) 거리두기를 하세요.

백신을 접종하세요.

독감 백신과 COVID-19 백신을 같은 날 접종할 수 있습니다. tpchd.org/flu에 방문하여 근처의 약국 또는 클리닉을 찾을 수 있습니다.



본인의 건강과 의료 시스템을 지킵시다.

코로나19는 병원에 부담을 주고 있습니다. 유행성 독감이 심각해지면 병원이 위태로울 수 있습니다. 여러분은 코로나19 확산 방지의 전문가가 되었습니다. 이제 독감도 막을 때입니다!

독감도 막읍시다, 피어스 카운티 여러분!

자세히 알아보기: tpchd.org/flu



Tacoma-Pierce County
Health Department
Healthy People in Healthy Communities