



STEVEN M. NEUHAUS
COUNTY EXECUTIVE

DR. IRINA GELMAN, DPM, MPH, PhDc
COMMISSIONER

COUNTY OF ORANGE
DEPARTMENT OF HEALTH
OFFICE OF THE COMMISSIONER

7 de Agosto de 2018

Estimado Padre o Tutor:

El Departamento de Salud del Condado de Orange y la Sociedad Médica del Condado de Orange quieren que usted sepa que la temporada de influenza (gripe) está en camino. La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa que puede ser leve o grave y, a veces, puede causar la muerte. Se considera que algunas personas corren un alto riesgo de desarrollar complicaciones graves relacionadas con la gripe, incluidos niños pequeños, mujeres embarazadas, personas con enfermedades crónicas como asma, diabetes, enfermedades del corazón, enfermedades pulmonares y personas de 65 años o más. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que todas las personas de seis meses de edad en adelante sin contraindicaciones reciban la vacuna contra la gripe cada temporada. La vacunación es la mejor protección.

También nos gustaría aprovechar esta oportunidad para enfatizar las acciones preventivas diarias para ayudarlo a mantenerse sano y evitar la propagación de gérmenes.

- Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua tibia por 20 segundos
- Si está enfermo, quédese en casa y no vaya a la escuela o al trabajo y limite el contacto con los demás para evitar contagiarlos
- Permanecer en casa hasta que no tenga fiebre por 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos que pueden estar contaminados con gérmenes

Le recomendamos que hable con su médico o proveedor de atención médica sobre la vacuna contra la gripe para usted y su familia. Le recomendamos que se vacune antes de que la gripe comience a propagarse en nuestras comunidades.

Sinceramente,

Dr. Irina Gelman, DPM, MPH, PhDc
Commissioner of Health

Stephanie L. Zeszutek, DO, FACOG, RPh
President
Orange County Medical Society