



## NEWS RELEASE

### Department of Public Health

**CONTACT:**

Dr. Maxwell Ohikhuare

Health Officer

909-387-6218

[mohikhuare@dph.sbcounty.gov](mailto:mohikhuare@dph.sbcounty.gov)

October 14, 2015

### Aviso de Salud: El Condado urge a los residentes que se vacunen contra la gripe



El Departamento de Salud Pública del Condado de San Bernardino, les urge a los residentes que se preparen para la próxima temporada de gripe por vacunarse contra la gripe.

La mejor manera para protegerse contra la gripe es vacunarse. "Vacunación temprana da protección a lo largo de la temporada de gripe y hasta la primavera," dijo el Dr. Maxwell Ohikhuare, Oficial de Salud. "También es importante que los residentes usen su visita de vacunación contra de la gripe para preguntar si hay otras vacunas que puedan necesitar, incluyendo la vacuna antineumocócica. Adultos mayores de 50 años de edad están en mayor riesgo de complicaciones serias de la gripe y los adultos de 65 años de edad o más se les recomienda ahora dos vacunas antineumocócicas. Este es el momento perfecto para que nuestros residentes adultos evalúen su historial de inmunización".

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por el virus de la gripe. Puede causar una enfermedad leve o grave y a veces puede conducir a la muerte. La gripe puede causar enfermedad grave en todos los grupos de edad. Todos seis meses de edad y mayores deben recibir una vacuna contra la gripe cada temporada de gripe: del 1 de Nov. al 31 de marzo. La vacunación debe comenzar poco después que la vacuna esté disponible a principios del otoño.

La gripe es muy contagiosa. Para evitar la propagación de la gripe y otras enfermedades respiratorias:

- Cubra su boca con un pañuelo cuando tosa o estornude y tire el pañuelo a la basura después de usarlo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón, especialmente después de una tos o un estornudo. Desinfectantes para manos a base de alcohol pueden usarse si el jabón y la agua no es disponible.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Evite tocarse sus ojos, la nariz o la boca.
- Quédese en casa no vaya al trabajo o la escuela si está enfermo y limite el contacto con los demás.

Hable con su proveedor de atención médica sobre la vacuna contra la gripe y para asegurarse de que está al día en otras vacunas recomendadas.

La enfermedad neumocócica puede causar infecciones graves de los pulmones (neumonía), flujo sanguíneo (bacteriemia) y revestimiento del cerebro y la espina dorsal (meningitis). La mejor manera de prevenir la enfermedad neumocócica es vacunándose. Ambas vacunas, la de neumococo y la gripe están disponibles en los centros de salud del Condado para los que no tienen seguro médico o si su seguro médico no cubre estas vacunas.

-mas-

Para hacer una cita para recibir la vacuna contra la gripe o la vacuna antineumocócica en uno de los centros de salud del Condado de San Bernardino, llame al 1-800-722-4777 o visite la página de web del Departamento de Salud Pública al <http://www.sbcounty.gov/dph>. Para encontrar una clínica más cercana a usted, visite <http://flushot.healthmap.org>. Para obtener más información acerca de la vacuna contra la gripe y la vacuna antineumocócica póngase en contacto con la Sección de Enfermedades Transmisibles llamando al 1-800-722-4794.

# # #