



L'INFLUENZA È ARRIVATA

PRENDI IL VACCINO,
NON L'INFLUENZA

PREVENZIONE E PROTEZIONE

Il modo migliore per proteggere te stesso e gli altri è sottoporsi alla vaccinazione antinfluenzale.

- Il vaccino viene infatti modificato ogni anno per garantire la massima copertura contro i virus più recenti.
- Il vaccino antinfluenzale è indicato per tutti i soggetti di età superiore ai 6 mesi e va ripetuto ogni anno. I bambini al di sotto dei 6 mesi sono troppo piccoli per ricevere il vaccino: chi si prende cura di loro deve essere vaccinato.
- Si consiglia di sottoporsi alla vaccinazione antinfluenzale il prima possibile. Tuttavia, anche la somministrazione tardiva del vaccino è preferibile a una mancata somministrazione.

EVITA LA DIFFUSIONE DEI GERMI

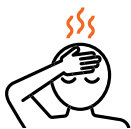


Copri la bocca e il naso con la parte interna del gomito quando tossisci o starnutisci. Non utilizzare le mani.



Lavati sempre le mani con il sapone.

ECCO ALCUNI SINTOMI



Febbre



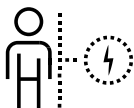
Tosse



Mal di gola



Mal di testa



Dolori muscolari



Debolezza

PER MAGGIORI INFORMAZIONI

- L'influenza è una pericolosa infezione delle vie respiratorie che si trasmette con grande facilità.
- L'influenza può avere effetti gravi anche su persone che godono di buona salute e può essere il preludio ad altre malattie come la polmonite.
- Alcune patologie preesistenti, ad esempio malattie cardiache, asma e diabete, possono aggravarsi a causa dell'influenza.
- Ogni anno migliaia di cittadini di New York muoiono a causa dell'influenza. La scorsa stagione l'influenza è stata particolarmente violenta, con oltre 700.000 ricoveri a livello nazionale, il numero più alto mai registrato da quando il governo federale ha iniziato a raccogliere i dati nel 2003.*
- Durante la stagione influenzale 2017-2018, si sono verificati 180 decessi a causa di influenza tra la popolazione infantile negli Stati Uniti,* cinque nella sola Città di New York.**

*Fonte: Riepilogo della stagione influenzale 2017-2018. Centri per il controllo e la prevenzione delle malattie infettive (Centers for Disease Control and Prevention) degli Stati Uniti. <https://www.cdc.gov/flu/about/season/flu-season-2017-2018.htm>. Accesso: 26 settembre 2018.

**Fonte: Rapporto settimanale sul monitoraggio dell'influenza. Dipartimento di salute e igiene mentale (Department of Health and Mental Hygiene) della Città di New York. <https://www1.nyc.gov/site/doh/providers/health-topics/flu-alerts.page>. Accesso: 26 settembre 2018.

COME OTTENERE UN VACCINO ANTINFLUENZALE GRATUITO O A BASSO COSTO

- Chiedi al tuo medico informazioni sul vaccino antinfluenzale: molti piani assicurativi, ad esempio Medicaid, includono anche il costo del vaccino.
- Chiedi informazioni presso la farmacia più vicina: molte offrono i vaccini antinfluenzali per gli adulti e alcune possono vaccinare anche bambini fino a due anni d'età.
- La vaccinazione potrebbe essere disponibile anche presso il tuo posto di lavoro.

Puoi richiedere il vaccino presso una clinica specializzata del Dipartimento della salute (Health Department), oppure presso cliniche e ospedali pubblici: queste strutture offrono vaccinazioni antinfluenzali gratuite o a basso costo a tutti i pazienti e a chi ne fa richiesta.

Puoi trovare le strutture che offrono servizi di vaccinazione più vicine a te ed effettuare una ricerca per quartiere o per codice postale chiamando il numero **311**, consultando la pagina [nyc.gov/flu](https://www.nyc.gov/flu) o inviando un SMS "flu" (influenza) al numero **877877**.

Lo sapevi?

Tutti i bambini di età compresa tra 6 mesi e 5 anni che frequentano una scuola materna o dell'infanzia, un programma Head Start o un asilo nido certificato dalla Città di New York devono ricevere una dose di vaccino antinfluenzale tra il 1° luglio e il 31 dicembre di ogni anno.

SE TI SEI AMMALATO DI INFLUENZA

- Non rischiare di contagiare altre persone. Resta in casa ed evita contatti ravvicinati con gli altri almeno 24 ore dopo la scomparsa della febbre (senza fare ricorso a farmaci da banco).
- Chiedi informazioni al tuo medico a proposito dei farmaci antivirali, utili per il trattamento dell'influenza. Questi farmaci permettono di guarire più rapidamente e di prevenire altre patologie più gravi.

DI SEGUITO ALCUNI DEI SOGGETTI A PIÙ ALTO RISCHIO DI COMPLICANZE DERIVATE DALL'INFLUENZA

Donne in gravidanza

Bambini di età inferiore ai 5 anni (in particolare sotto i 2 anni)

Adulti di almeno 50 anni di età (in particolare sopra i 65 anni)

Persone con determinati problemi di salute, ad esempio:

- Diabete
- Patologie cardiache o respiratorie
- Asma
- Anemia falciforme
- Malattia renale o epatopatia
- Disturbi del metabolismo
- Sistema immunitario debilitato, ad esempio a seguito di HIV o terapia oncologica
- Disturbi che possono causare problemi respiratori, ad esempio patologie muscolari, nervose e convulsioni

Persone in grave sovrappeso

Bambini e adolescenti (dai 6 mesi ai 18 anni di età) che seguono una terapia a lungo termine a base di aspirina

Persone che soggiornano in case di cura o altre strutture di assistenza a lungo termine

Nativi americani o dell'Alaska

Se sei un operatore sanitario o ti prendi cura di qualcuno che appartiene a queste categorie a rischio, è molto importante che ti venga somministrato il vaccino.



Trova le strutture presso cui vaccinarti: visita nyc.gov/flu.



Per maggiori informazioni: visita cdc.gov/flu.



Tieni traccia delle vaccinazioni di tuo figlio utilizzando il Libretto delle vaccinazioni (My Vaccine Record): visita nyc.gov/myvaccinerecord per maggiori informazioni.

 @nychealthy

 nychealth

 @nychealthy

Italian

