



FORTBEND
HEALTH & HUMAN SERVICES
Prevent. Promote. Protect.



INFLUENZA

Understanding Influenza (The Flu) Influenza, commonly known as "the flu," is a viral infection affecting the lungs and airways.

No one is immune. Anyone can contract influenza. It spreads through coughing, sneezing, and direct contact with infected individuals or contaminated objects. Influenza can lead to serious complications, including pneumonia and worsening of heart or lung conditions. In the US, it causes an estimated 12,000 to 56,000 deaths annually.

Recognizing Symptoms

Influenza and the common cold share throat and nose symptoms, but influenza symptoms are often more severe:

- Fever (100°F or higher)
- Cough
- Sore throat
- Stuffy or runny nose
- Fatigue or tiredness
- Chills
- Body aches
- Headaches

Symptoms appear 1 to 3 days after exposure, and while most recover within days, cough and fatigue may linger for a week or more.

Prevention is key

Yearly influenza vaccination is the most crucial preventive measure:

- Anyone concerned about influenza should get a flu shot, especially those at risk of complications.
- The vaccine is most effective when taken as soon as available, but it's beneficial anytime during the flu season.
- It takes about 2 weeks post-vaccination to develop protection.
- Past infection or immunization does not guarantee immunity in subsequent years due to seasonal variations.

Consult with your doctor before vaccination

Some individuals should discuss vaccination with their doctor, including those:

- Allergic to chicken eggs or vaccine ingredients.
- With a history of Guillain-Barré Syndrome (GBS).
- Experiencing moderate-to-severe illness with fever (wait until recovered for vaccination).

Treatment Options For a faster recovery:

- Rest
- Stay hydrated (drink fluids like juice, water, or tea)
- Consider fever-reducing medication like acetaminophen (avoid aspirin for children/teens with flu-like symptoms)
- Do not administer any medication, including over-the-counter remedies, to a child without consulting a pediatrician.
- If fever persists beyond 3 or 4 days, consult your healthcare provider.
- Antiviral medications may be prescribed, especially for severe cases or higher-risk individuals when taken within 1 to 2 days of symptom onset.



If you have concerns about Influenza, contact your healthcare provider. **Call your local health department at 281-238-3500**

Source: www.cdc.gov/flu/index.html



@FortBendHealth | hhsoutreach@fbctx.gov | www.fbchhs.org

Reviewed: May 6, 2024



FORTBEND
HEALTH & HUMAN SERVICES
Prevent. Promote. Protect.



INFLUENZA

Comprender la influenza (gripe)
La influenza, comúnmente conocida como "gripe", es una infección viral que afecta los pulmones y las vías respiratorias.

Nadie es inmune. Cualquiera puede contraer influenza. Se transmite al toser, estornudar y por contacto directo con personas infectadas u objetos contaminados. La influenza puede provocar complicaciones graves, como neumonía y empeoramiento de afecciones cardíacas o pulmonares. En Estados Unidos, causa aproximadamente entre 12.000 y 56.000 muertes al año.

Reconocer los síntomas:

La influenza y el resfriado común comparten síntomas de garganta y nariz, pero los síntomas de la influenza suelen ser más graves:

- o Fiebre (100°F o más)
- o Tos
- o Dolor de garganta
- o Congestión o secreción nasal
- o Fatiga o cansancio
- o Escalofríos
- o Dolor de cuerpo
- o dolores de cabeza

Los síntomas aparecen de 1 a 3 días después de la exposición y, aunque la mayoría se recupera en unos días, la tos y la fatiga pueden persistir durante una semana o más.

La prevención es clave:

La vacunación anual contra la gripe es la medida preventiva más importante:

- o Cualquier persona preocupada por la influenza debe vacunarse contra la gripe, especialmente aquellos con riesgo de sufrir complicaciones.
- o La vacuna es más eficaz cuando se administra tan pronto como esté disponible, pero es beneficiosa en cualquier momento durante la temporada de gripe.
- o Se necesitan aproximadamente 2 semanas después de la vacunación para desarrollar protección.
- o La infección o vacunación pasada no garantiza inmunidad en años posteriores debido a variaciones estacionales.

Consulte a su médico antes de vacunarse

Algunas personas deben hablar sobre la vacunación con su médico, incluidas aquellas:

- Alérgico a los huevos de gallina o a los ingredientes de las vacunas.
- Con antecedentes de Síndrome de Guillain-Barré (SGB).
- Experimentar una enfermedad de moderada a grave con fiebre (esperar hasta recuperarse para vacunarse).

Opciones de tratamiento para una recuperación más rápida:

- Descansar
- Manténgase hidratado (beba líquidos como jugo, agua o té)
- Considere medicamentos para reducir la fiebre como el paracetamol (evite la aspirina en niños/adolescentes con síntomas similares a los de la gripe)
- No le administre ningún medicamento, incluidos los de venta libre, a un niño sin consultar a un pediatra.
- Si la fiebre persiste más de 3 o 4 días, consulte a su proveedor de atención médica.
- Se pueden recetar medicamentos antivirales, especialmente para casos graves o personas de mayor riesgo, cuando se toman dentro de 1 a 2 días después de la aparición de los síntomas.



Si tiene dudas sobre la influenza comuníquese con su proveedor de atención médica. Llame a su departamento de salud local al 281-238-3500

Fuente: www.cdc.gov/flu/index.html



@FortBendHealth | hhsoutreach@fbctx.gov | www.fbchhs.org Reviewed: May 6, 2024