

4 de Noviembre de 2009

Estimada comunidad del Condado de DuPage:

Gracias por su paciencia durante esta particular temporada de la influenza. Estamos contentos de anunciarles que hay más vacunas disponibles. Usted puede hacer una cita para obtener ya sea la vacuna inyectable contra la influenza H1N1 o el nebulizador nasal de la vacuna contra la influenza H1N1 llamando al **866-311-1123**. Debido a la gran cantidad de llamadas, puede que usted reciba una señal que la línea telefónica está ocupada. Si escucha esta señal, por favor intente llamar otra vez. Le motivamos a llamar durante las horas baja afluencia o no durante las horas de mayor actividad. La línea telefónica está disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

La vacuna contra la influenza es la mejor forma de protegerse contra la enfermedad. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) motivan a las personas que quieran reducir las posibilidades de contraer la enfermedad de la influenza H1N1 a vacunarse tan pronto como la vacuna este disponible. Actualmente, debido a que el abastecimiento es limitado y hay una alta demanda por la vacuna, el Comité Asesor del CDC en las Prácticas de Inmunización recomienda que los esfuerzos para la vacunación se focalicen primero en las personas que se encuentre en los siguientes grupos de prioridad:

- Las mujeres embarazadas
- Las personas que viven con o cuidan a infantes menores de 6 meses de edad.
- El personal médico y personal de emergencia.
- Cualquier persona entre 6 meses y 24 años de edad.
- Cualquier persona entre 25 y 64 años de edad con ciertas condiciones médicas crónicas o un sistema inmune debilitado.

Además de vacunarse contra la influenza, hay acciones simples que usted puede tomar para mantenerse sano:

- **Conozca los signos y los síntomas de la gripe.** Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit, 37,8 grados Celsius o más), tos, dolor de garganta, nariz que moquea o tapada, dolor de cuerpo, dolor de cabeza, y el sentirse muy cansado. Para preguntas médicas o preocupaciones, consulte con su doctor.
- **El tratamiento temprano de las personas en alto riesgo por las complicaciones relacionadas con la influenza:** Las personas en alto riesgo por las complicaciones de la influenza que contraigan esta enfermedad (incluyendo a las mujeres embarazadas, los niños, las personas mayores de 65 años, las personas de cualquier edad que tengan ciertas condiciones médicas crónicas tales como asma, diabetes, una enfermedad neuromuscular, o tengan su sistema inmune comprometido) deberían hablar con su doctor lo antes posible. El tratamiento temprano con medicamentos antivirales es muy importante para las personas en alto riesgo porque puede prevenir las hospitalizaciones y las muertes.
- **Practique una buena higiene de manos lavándose las frecuentemente** con jabón y agua, especialmente después de toser o estornudar. Los desinfectantes de manos antibacteriales también son efectivos.
- **Quédese en casa si está enfermo hasta al menos 24 horas después de que no hayan signos de fiebre** (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre). Esto puede ayudar a reducir el número de personas que se puedan contagiar.
- **Cubra su nariz y boca** con un pañuelo cuando tosa o estornude, y bótelo a la basura después de usarlo.
- **No comparta los utensilios de comida o los envases para beber.** Las personas no deberían compartir las pajitas, tazas, vasos, botellas con agua que se usen al practicar deportes o por recreación, cigarrillos, etc.

Para más información acerca de la influenza y actualizaciones, por favor visite [www.protectdupage.org](http://www.protectdupage.org), [www.ready.illinois.gov](http://www.ready.illinois.gov), [www.cdc.gov/h1n1flu/](http://www.cdc.gov/h1n1flu/), o [www.flu.gov](http://www.flu.gov). Para información general llame a la línea de emergencia al 630-221-7600. Para información en español, por favor visite el sitio virtual [www.cdc.gov/h1n1flu/espanol/](http://www.cdc.gov/h1n1flu/espanol/).

Atentamente,

Maureen McHugh  
Executive Director

Rashmi Chugh, M.D., M.P.H.  
Medical Officer

*Everyone, Everywhere, Everyday*

In an emergency go to [www.protectdupage.org](http://www.protectdupage.org) and tune into WDCB 90.9 fm radio.  
H1N1.09.39