

Ở nhà khi bị Cúm

Hãy ở nhà khi quý vị bị cúm. Hãy chuẩn bị cho con quý vị ở nhà nếu chúng bị bệnh.

Tại sao phải ở nhà khi bị cúm lại là việc quan trọng

Khi bị cúm, quý vị có thể lây cho người khác khi quý vị ho hoặc hắt hơi. Quý vị sẽ lây mạnh nhất khi bị sốt VÀ 24 giờ sau khi hết sốt.

LÂY MẠNH NHẤT



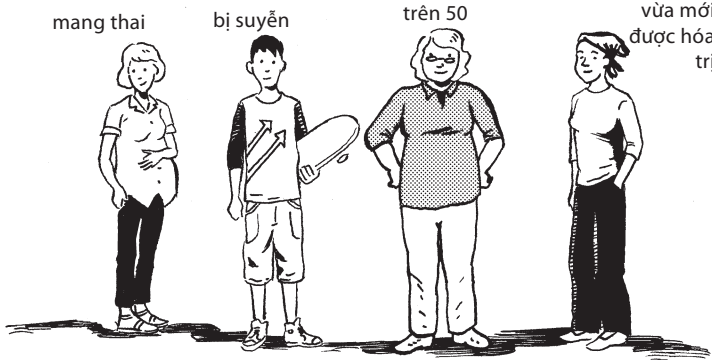
Trong
khi sốt

và



một ngày sau khi
hết sốt

Một số người có nguy cơ lớn hơn về những vấn đề sức khỏe nếu họ bị cúm.



Nhiều người có nguy cơ cao nhưng trông vẫn khỏe mạnh.

Một số người có nguy cơ lớn hơn về những vấn đề sức khỏe nếu họ bị cúm.



Kiểm tra để biết chắc con quý vị khỏe trước khi đi học hoặc đến nơi chăm sóc trẻ em mỗi ngày

Con quý vị bị:

sốt

100°F hoặc
cao hơn



VÀ một trong những triệu chứng sau:

ho



HOẶC

đau họng



Nếu vậy, con quý vị có thể bị cúm. Những triệu chứng khác có thể bao gồm chảy nước mũi, đau nhức cơ thể, tiêu chảy, và nôn.

Nếu con quý vị bị bệnh, hãy cân nhắc các lựa chọn chăm sóc trẻ này.

Quý vị có thể chăm sóc con vào buổi trưa?

Tôi nghĩ điều này ổn.



Yêu cầu người thân, bạn bè, hoặc hàng xóm giúp đỡ.

Cám ơn! Con của quý vị có thể ở chỗ tôi vào ngày mai.



Thành lập một mạng lưới chăm sóc trẻ em ở xung quanh hàng xóm. Tìm một nhóm nhỏ gia đình để trao đổi những ngày chăm sóc trẻ.