



WHY GET A FLU SHOT?



To protect yourself and those around you!

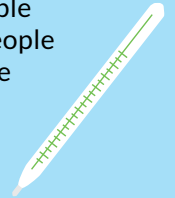
WHAT IS THE FLU?

Flu is a contagious respiratory illness caused by influenza viruses that infect the nose, throat, and sometimes the lungs. It can cause mild to severe illness, and at times lead to death. The best way to prevent flu is to get a flu vaccination each year.



WHO NEEDS A FLU SHOT?

Almost everyone. The CDC recommends that anyone 6 months or older get vaccinated, particularly people who are at high risk for flu complications. This includes people 65 years and older, young children and people with chronic conditions such as asthma, diabetes, and heart disease, as well as people who care for or live with those who are high-risk.



WHY IS GETTING A FLU SHOT IMPORTANT?

Getting a flu shot is one thing we all can do to help slow the spread of flu and keep our families and communities safe and healthy. Getting your flu shot this year protects you, protects your family, and helps make sure healthcare workers and hospitals in your community have resources to continue to treat COVID-19 patients.

WHEN SHOULD I GET A FLU SHOT?

Ideally by the end of October, before the flu is widespread. However, no matter the date, it is important to get your flu shot as flu season can run until March of next year.



IS IT SAFE TO GET A FLU SHOT?

Doctor's offices, local health departments, community centers, free health clinics and pharmacies are taking steps to ensure vaccines can be provided safely during the COVID-19 pandemic.

CAN A FLU SHOT GIVE ME THE FLU?

No, flu vaccines cannot cause flu illness. Flu shots have many benefits including reducing the risk of flu illnesses, hospitalizations, and flu-related deaths. The benefits of flu shots are particularly important in the context of the COVID-19 pandemic, as a flu epidemic could further strain an already overwhelmed health system, challenging our ability to provide care to all patients.

WHY IS THE FLU SHOT URGENT FOR BLACK AND LATINX/HISPANIC COMMUNITIES?

Due to longstanding healthcare inequities, Black and Latinx/Hispanic populations are at higher risk of getting very sick from flu, are less likely to get flu vaccinations, and are disproportionately affected by underlying conditions. It's also possible to get flu and COVID-19 at the same time, so it's especially important for people with underlying health conditions that put them at higher risk of serious complications—and their caregivers—to get their flu shot.

#FightFluLNK

HealthyLincoln.org

Partnership for a Healthy Lincoln

¿POR QUÉ VACUNARSE CONTRA LA GRIPE?

¡Para protegerse y proteger a los que le rodean!



¿QUÉ ES LA GRIPE?

La influenza es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por los virus de la influenza que infectan la nariz, la garganta y, a veces, los pulmones. Puede causar síntomas de leve a grave y, en ocasiones, provocar la muerte. La mejor manera de prevenir la gripe es vacunarse contra la gripe todos los años.



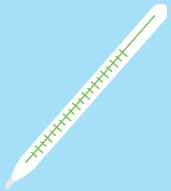
¿QUIÉN NECESITA UNA VACUNA CONTRA LA GRIPE?

Casi todos. Los CDC recomiendan que cualquier persona de 6 meses o más se vacune, en particular las personas que tienen un alto riesgo de sufrir complicaciones por la influenza. Esto incluye a personas de 65 años o más, niños pequeños y personas con afecciones crónicas como asma, diabetes y enfermedades cardíacas. Las personas que cuidan o viven con estas personas de alto riesgo también deben vacunarse contra la gripe.



¿POR QUÉ ES IMPORTANTE VACUNARSE CONTRA LA GRIPE?

Recibir la vacuna contra la gripe es algo que todos podemos hacer para ayudar a reducir la propagación de la gripe y mantener a nuestras familias y comunidades seguras y saludables. Recibir la vacuna contra la influenza este año lo protege, protege a su familia y ayuda a garantizar que los trabajadores de la salud y los hospitales de su comunidad tengan recursos para continuar tratando a los pacientes con COVID-19.



¿ES SEGURO VACUNARSE CONTRA LA GRIPE?

Las vacunas son esenciales y los consultorios médicos, nuestro departamento de salud local, los centros comunitarios, las clínicas de salud gratuitas y las farmacias están tomando medidas para garantizar que las vacunas se puedan administrar de manera segura durante la pandemia de COVID-19.



¿CUÁNDO DEBO VACUNARME CONTRA LA GRIPE?

Idealmente a finales de octubre, antes de que la gripe se generalice. Sin embargo, sin importar la fecha, es importante vacunarse contra la influenza ya que la temporada de influenza se extiende al menos hasta marzo del próximo año. Cuanto antes se vacune contra la gripe, antes se protegerá usted y su familia.

¿POR QUÉ LA VACUNA CONTRA LA GRIPE ES URGENTE PARA LAS COMUNIDADES NEGRAS Y LATINAS/HISPANAS?

Debido a las desigualdades en la atención médica de larga data, las poblaciones negras y latinas / hispanas corren un mayor riesgo de enfermarse gravemente de la gripe, tienen menos probabilidades de vacunarse contra la gripe y se ven afectadas de manera desproporcionada por afecciones subyacentes. También es posible contraer la gripe y el COVID-19 al mismo tiempo, por lo que es especialmente importante que las personas con afecciones de salud subyacentes que los ponen en mayor riesgo de complicaciones graves, y sus cuidadores, se vacunen contra la gripe.

¿UNA VACUNA CONTRA LA GRIPE PUEDE DARME LA GRIPE?

No, las vacunas contra la influenza no pueden causar la enfermedad. Las vacunas contra la gripe tienen muchos beneficios, incluida la reducción del riesgo de contraer enfermedades, hospitalizaciones y muertes relacionadas con la gripe. Los beneficios de las vacunas contra la gripe son particularmente importantes en el contexto de la pandemia de COVID-19, ya que una epidemia de gripe podría afectar aún más a un sistema de salud ya abrumado, desafiando nuestra capacidad de brindar atención a todos los pacientes.

#FightFluLNK

