

Si w genyen laj 65 ane oswa plis epi w ap tann pou vaksen kont grip H1N1 disponib pou ou, ebyen ou p ap tann ankò. Apati 10 desanm 2009, vaksen kont H1N1 disponib kounye a pou tout moun, epitou nenpòt moun ki gen plis pase laj sis (6) mwa kapab ak ta dwe pran vaksen an.

Moun ki gen laj 65 ane ta dwe pran vaksen enjektab – piki a. Vaksen espere nazal lisansye sèlman pou moun ki gen laj ant 2 zan ak 49 ane ki pa genyen yon maladi kache epi ki pa ansent.

Malgre moun ki gen plis pase 65 ane gen mwens chans pou trape grip H1N1, moun ki enfekte yo kapab vin malad grav. Kounye a vaksen an disponib pou tout moun ki gen plis pase 6 mwa, pa pran chans. Pa vin malad, pran yon vaksen kont grip!

Li enpòtan sitou pou moun ki pi frajil nan H1N1 pou yo pran vaksen. Pami moun ki pi frajil yo, genyen fanm ansent, moun k ap viv avèk timoun ki poko genyen laj 6 mwa oswa k ap pran swen yo, travayè swen sante, repondè medikal nan ijans, moun ki gen laj ant 6 mwa ak 24 ane, ak moun ki gen laj 35-64 ane ki genyen twoub sante kwonik oswa sistèm iminitè frajil. Paske grip sezonye a kapab deklare anmenmtan ak grip H1N1, ou ta dwe pran vaksen kont grip sezonye a tou si li disponib pou ou. Apre ou fin pran vaksen an, w ap gen mwens chans pou gaye grip la.

### Pou kisa pou mwen vaksinen kounye a; èske aktivite grip la pa bese?

Anjeneral, pifò aktivite grip la nan Eta Nouyòk fèt ant mwa Janvyè ak mwa Mas epi sezon grip la rive jiska mwa Me. Si w pran vaksen kounye a kont grip sezonye a ak vaksen kont grip H1N1 sa ap bay pwoteksyon pou ou kont grip la pou rès sezon livè ak prentan sa a.

### Fè sa, tou

Fè etap sa yo chak jou pou anpeche transmisyon mikwòb ak pou diminye risk pou trape grip la:

- Kouvri nen ou ak bouch ou avèk yon klinèks lè w ap touse oswa etènye, oswa etènye nan manch rad ou – pa nan men ou. Jete klinèks la nan fatra apre ou fin itilize li.
- Lave men ou souvan avèk savon ak dlo tyèd, sitou apre ou fin touse oswa etènye. Ajan netwayaj men abaz alkòl bon tou pou itilize sou ou pa toupre yon evye.
- Pa manyen zye, nen oswa bouch ou. Mikwòb gaye nan fason sa a.
- Eseye pa pran kontak sere avèk moun ki malad. Rete sou yon distans omwen sis (6) pye avèk moun k ap touse oswa k ap etènye.

### Siveye sentòm grip la

Pami sentòm grip la genyen lafyè, tous, gòj fèmal, doulè nan kò, maltèt, frison ak fatig. Avèk sentòm grip H1N1 genyen dyare ak vomisman. Si w vin malad avèk sentòm grip la, rete lakay ou, pa pran twòp kontak avèk lòt moun, epi rele doktè ou touswit. Doktè ou ap deside si yon tretman nesèsè pou ou.

W ap jwenn lòt enfòmasyon sou grip la nan sit wèb [www.nyhealth.gov](http://www.nyhealth.gov) ak [www.flu.gov](http://www.flu.gov).