

Sa Ou Dwe Konnen Sou COVID-19, Grip ak RSV

Viris respiratwa yo tankou COVID-19, grip ak viris sensisyal respiratwa a (respiratory syncytial virus, RSV) simaye plis pandan sezon otòn ak ivè.

Se yon viris diferan ki bay COVID-19, grip ak RSV. Toulètwa simaye prensipalman nan ti gout ki pwodui lè yon moun ki malad touse, estène oswa pale. Moun yo kapab vin malad si ti gout sa yo, flèm oswa krache ki enfekte antre nan je, nen oswa bouch yo.

Moun aje, timoun piti ak moun ki gen kèk pwoblèm sante ki kache (tankou maladi kè oswa maladi poumon kwonik oswa dyabèt) gen plis risk pou yo malad grav oswa pou yo gen konplikasyon akoz viris sa yo. Men sa ou dwe konnen pou w pwoteje tèt ou ak fanmi w.



Sentòm

Sentòm COVID-19, grip ak RSV sanble.

- Pami sentòm yo ka genyen gòj fè mal, tous, tèt fè mal, lafyèv, nen koule oswa nen bouche, kò fè mal, epi, sa ki pa rive twò souvan, vomisman, dyare, epi pa ka pran gou oswa sant. An jeneral, sentòm yo varye ant lejè ak modere men yo kapab grav.
- Men sèl sentòm ou ka wè kay tibebe: yo rechiya, aktivite yo diminye, epi yo gen difikilte pou nourri ak respire.
- Gen kèk moun ki ka pa gen sentòm ditou.



Prevansyon

Kijan mwen kapab pwoteje tèt mwen, piti mwen yo ak lòt moun yo kont COVID-19, grip ak RSV?

Pran vaksen! Vaksen yo fè w gen mwens chans pou w tonbe malad grav, entène lopital oswa pou w mouri nan viris sa yo.

Tout moun ki gen 6 mwa e plis ta dwe pran yon nouvo vèsyon vaksen kont **COVID-19** pou ane 2024-2025 ak yon nouvo vèsyon **vaksen kont grip** pou ane 2024-2025, menm si yo te pran vaksen sa yo oswa yo te souffri maladi sa yo oparavan.

Pou **vaksen** kont RSV:

- **Granmoun ki gen 75 lane e plis yo** ta dwe pran yon vaksen kont RSV.
- **Granmoun ki gen ant 60 ak 74 lane** ki gen gwo risk pou yo trape RSV akoz kèk pwoblèm

sante oswa akoz yo rete nan yon etablisman swen alontèm (tankou yon mezon retrèt) ta dwe pran yon vaksen kont RSV.

- Pou pwoteje tibebe yo kont RSV, swa **moun ki ansent lan** ta dwe pran yon vaksen kont RSV swa **tibebe a** ta dwe pran yon medikaman nan piki pou anpeche RSV a anvan oswa pandan premye sezon RSV yo a (soti nan otòn rive nan prentan). Kèk tibebe ki pi piti ak timoun piti ki gen gwo risk pou yo trape RSV grav la ta dwe pran medikaman pou fè prevansyon tou.
- **Moun ki te pran yon vaksen kont RSV deja yo** pa ta dwe pran yon lòt vaksen RSV nan moman sa a.

Ou kapab pran vaksen kont COVID-19, grip ak vaksen kont RSV a an menm tan.

Pale ak pwofesyonèl swen sante w la pou w jwenn plis enfòmasyon sou vaksen ou menm oswa piti ou a bezwen yo. Pou w jwenn yon sit kote yo bay **vaksen kont COVID-19** oswa **grip**, ale nan lyen sa a **vaccinefinder.nyc.gov**. Pou w jwenn yon **sit** kote yo bay vaksen kont RSV, ale nan lyen sa a **nyc.gov/health/map**.

Mwen kèk lòt fason pou w evite trape ak simaye viris respiratwa yo:

- Mete yon mask ki byen chita nan figi w lè w nan espas piblik ki anndan ak espas ki gen foul moun, epi lè w malad ak lè w pa kapab separe ak lòt moun. Mask kalite siperyè, tankou mask N95, KN95 oswa KF94, bay pi bon pwoteksyon.
- Mete koud ou oswa yon mouchwa sou nen w ak bouch ou lè w ap touse oswa estène.

- Evite kontak sere avèk lòt moun lè w malad — rete lakay ou lè w sot travay epi fè timoun ki malad yo rete lakay yo lè yo soti nan gadri ak lekòl.
- Amelyore vantilasyon an. Ouvri fenèt yo, itilize yon èklinè pòtab, oswa rasanble deyò.
- Lave men w ak men pitit ou a souvan; evite manyen je w, nen w ak bouch ou; epi netwaye sifas moun manyen souvan yo (tankou manch pòt ak manch evye yo), sitou lè w malad.

An jeneral, moun yo pi kontajye ant twa (3) ak senk (5) premye jou maladi a. Si w santi w malad oswa ou teste pozitif pou COVID-19, grip oswa RSV, rete lakay ou jiskaske sentòm ou yo amelyore epi ou pa gen lafyèw depi omwen 24 èdtan san w pa pran medikaman pou bese lafyèw la. Apresa, ou kapab reprann aktivite nòminal ou yo tankou travay ak lekòl men ou ta dwe mete yon mask ki byen chita nan figi w pandan senk (5) pwochen jou yo, piske li posib pou w toujou kontajye.

Ale nan lyen sa a paidfamilyleave.ny.gov/COVID19 pou w jwenn enfòmasyon sou konje peye si ou menm oswa pitit ou a gen COVID-19.



Resevwa Swen

Kilè epi kijan mwen ta dwe fè tès?

Si w gen sentòm, al fè tès COVID-19 ak tès grip tousuit yon fason pou w kapab tanmen tretman an si w elijib. Anpil klinik doktè, sant swen ijan ak famasi kapab fè tès COVID-19, tès grip ak tès RSV an menm tan. Epitou, ou kapab itilize tès COVID-19 lakay yo.

Ki tretman ki disponib?

Tretman COVID-19 ak grip tankou grenn antiviral nan bouch redui risk pou gen konplikasyon, entènè lopital ak lanmò.

- Si ou teste pozitif pou COVID-19 oswa grip, kontakte pwofesyonèl swen sante w la konsènan tretman an tousuit, piske tretman an pi efikas toujou lè w kòmanse li pi bonè.

Pa gen okenn tretman espesifik pou **RSV a**. Kèlkeswa viris ou menm oswa pitit ou a genyen, pale ak pwofesyonèl swen sante w

la sou medikaman san preskripsyon ki bon pou bese lafyèw ak diminye lòt sentòm yo. Li enpòtan tou pou w rete idrate epi asire w timoun ki malad yo rete idrate. Pifò moun geri poukont yo oswa avèk medikaman san preskripsyon.

Kilè mwen ta dwe chèche swen medikal?

Pale ak pwofesyonèl swen sante w oswa pwofesyonèl swen sante pitit ou a pou w konnen si pou w chèche swen medikal. Kontakte pwofesyonèl swen sante pitit ou a si li:

- Montre siy dezidratasyon, tankou bouch blanch oswa pa pipi anpil (mwens kouchèt mouye)
- Gen yon lafyèw ki dire plis pase twa (3) jou oswa ki rete anlè 104 degre Farenay (40 degre Sèlsiyis), oswa nenpòt lafyèw si li gen mwens pase 3 mwa
- Rechiya, manke manje oswa pa gen somèy

Si w pa kapab jwenn pwofesyonèl swen sante w la, ale nan yon sant swen ijan oswa yon sal ijans.

Pou granmoun oswa timoun ki gen difikilte pou respire yo (kay timoun piti yo, li ka parèt tankou respirasyon rapid, wonfleman, twou nen yo dilate oswa yo itilize misk kou yo pou yo respire), yon koulè pal oswa ble ozalantou po bouch la oswa bouch la, konfizyon, gwo dezidratasyon, oswa lòt sentòm ki bay kè kase, rele **911** oswa ale nan yon lopital ki toupre a.

Si ou menm oswa pitit ou a pa gen yon pwofesyonèl swen sante:

- Ale nan yon sant swen ijan oswa klinik ki toupre a.
- Verifye avèk plan w lan pou w wè si li gen yon liy asistans telemedsin.
- Kontakte NYC Health + Hospitals Virtual ExpressCare sou [expresscare.nyc](https://www.expresscare.nyc) oswa rele nan 631-397-2273. Gen swen bon mache oswa gratis ki disponib 24 sou 24, 7 jou sou 7 nan plis pase 200 lang, kèlkeswa sityasyon imigrasyon ou.
- Pou w jwenn yon sit "Test to Treat" (Fè Tès pou Fè Tretman) COVID-19, ale nan lyen sa a aspr.hhs.gov/testtotreat oswa rele nan 800-232-0233.