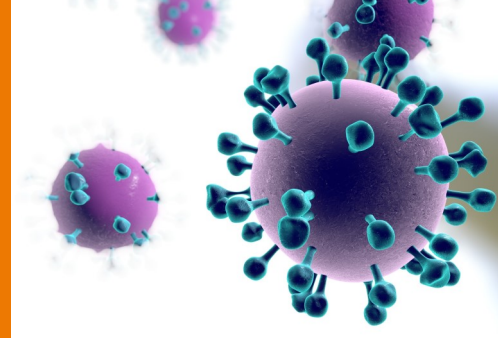


INFLUENZA

(FLU)

(INFLUENZA (FLU))



Khaub thuas flu yog ib tug kab mob tsim muaj los ntawm tus kab virus influenza. Yeej muaj khaub thuas flu txhua lub xyoo, uas qee lub xyoo huam loj tshaj lwm cov xyoo. Nyob rau hauv Teb Chaws Asmeskas, nquag muaj tshaj thaum yav caij nplooj ntoos zeeg thiab caij ntuj no. Cov tib neeg txhua qib hnuv nyoog yeej mob taus khaub thuas flu, txij li ntawm cov me nyuam mos mus txog cov neeg laus, mus txog cov laus neeg. Qee cov tib neeg yuav mob heev thiab lwm cov ho tsis mob.

Ntau cov tib neeg uas muaj mob nyhav heev yog cov laus dua 65 xyoos los sis muaj ib qho kab mob kev nkeeg (ntshav qab zib, kab mob plawv, mob ntsws asthma, kab mob raum, los sis cev xeeb me nyuam). Cov tib neeg uas nyob rau hauv cov tsev tu xyuas mus ntev thiab cov me nyuam yau dua 5 xyoos puav leej yog cov muaj teeb meem mob taus heev dua thiab. Txawm cov neeg hluas, cov neeg zoo neej los yeej puav leej mob heev taus.



Nws sib kis li cas?

- ▶ Cov tib neeg muaj khaub thuas flu yuav kis tau rau lwm cov neeg yog lawv hnoos los sis txham. Tus kab mob muaj nyob rau hauv cov pa kua cev los ntawm lub qa thiab qhov ntswg. Thaum twg ib tug neeg hnoos los sis txham, cov neeg nyob ib puag ncig yuav nqus tau cov pa kua cev.
- ▶ Tus kab mob puav leej kis tau thaum ib tug neeg chwv ib qho khoom uas muaj tus kab mob lo rau nws. Yog tus neeg ntawd chwv lawv lub ntsej muag, qhov ncauj, los sis qhov muag, tus kab mob virus yuav ua tau rau lawv muaj mob.



Cov kev cim qhia thiab mob tshwm sim yog dab tsi?

Cov kev mob tshwm sim yuav pib li ntawm hnuv 1 txog hnuv 4 tom qab nqus tau cov pa kua cev uas muaj tus kab mob virus khaub thuas flu. Cov kev muaj mob nyhav heev los ntawm khaub thuas flu yog ntsws txham paug, kev raug pw tuam tsev kho mob kho thiab kev tuag.

- ▶ Kub ib ce ua npaws
- ▶ Los ntswg los sis txhaws ntswg
- ▶ Mob qa
- ▶ Mob taub hau
- ▶ Mob ib ce
- ▶ Nkees



Dab tsi yog cov hauv kev xaiv rau kev kho mob?

- ▶ Cov tshuaj tawm tsam kab mob yuav thaiv tawm tsis tau tus khaub thuas flu. Feem neeg coob uas muaj khaub thuas flu yuav cia li rov zoo tsis tag siv tshuaj dab tsi. Kev noj cov tshuaj loog mob, kev pw kom txaus thiab kev haus dej yuav pab kom cov kev mob tshwm sim ntaug taus.
- ▶ Cov tshuaj sau hu ua influenza antivirals (cov tshuaj tawm tsam influenza) yuav pab kho tau khaub thuas flu. Cov tshuaj no yuav pab kom koj xis nyob ceev dua thiab ua rau cov kev mob tshwm sim tsis huam nyhav heev. Kom cov tshuaj no ua tau hauj lwm zoo heev, yuav tsum noj lawv li ntawm ob hnuv txij li pib muaj khaub thuas flu.



Yuav tiv thaiv tau nws li cas?

- ▶ Txoj kev tiv thaiv tau khaub thuas flu zoo tshaj plaws yog mus txhaj koob tshuaj tiv thaiv kab mob flu txhua xyoo lub caij nplooj ntoos zeeg. Qhov tshuaj tiv thaiv kab mob no nyab xeeb rau cov muaj 6 lub hlis thiab loj dua.
- ▶ Nquag ntxuav koj ob txhais tes nrog tshuaj xub npum thiab dej sov. Siv cov tshuaj plev tes yog tias tsis muaj tshuaj xub npum thiab dej.
- ▶ Siv ntaub npog koj lub qhov ntswg thiab qhov ncauj thaum koj hnoos los sis txham, thiab muab daim ntaub pov tseg. Yog tias koj tsis muaj ntaub, hnoos los sis txham rau hauv koj lub nqaws luj tshib tsho.
- ▶ Tsis txhob siv qiv tej khoom uas koj muab rau hauv qhov ncauj, xws li cov khob haus dej, cov pas nqus dej, los sis cov diav rawg.
- ▶ Nyob twj ywm hauv tsev tsis txhob mus ua hauj lwm los sis kawm ntawv yog tias koj muaj mob kom tsis txhob kis tau khaub thuas flu rau lwm cov neeg.

