

Read the [English version](#).

독감 방지: 건강 거주는 세균을 멈추는 것을 도울 수 있다

정황 설명서

계절 독감을 방지하는 단 하나 제일 방법은 해마다 우두를 접종해 얻기 위한 것이다, 그러나 당신의 기침을 커버하고는 및 당신의 손을 씻기 같이 건강 거주는 수시로 세균 의 퍼짐을 멈추고 독감 같이 호흡 병을 방지하는 것을 도울 수 있다. 또한 독감을 대우하고 방지하기 위하여 이용될 수 있는 독감 항바이러스 약이 있다.

접촉을 근접하여 피하십시오.

아픈 사람들과의 접촉을 근접하여 피하십시오. 당신이 아프 때, 역시 아프게 되기 에서 그들을 보호하기 위하여 다른 사람에서 당신 거리를 지키십시오.

당신이 아플 때 가정 체재.

만일 가능하다면, 당신이 아프 때 일, 학교 및 심부름에서 집에 있으십시오. 당신은 당신의 병을 붙잡기에서 다른 사람을 막는 것을 도울 것이다.

당신의 입 및 코를 덮으십시오.

기침하거나 재채기할 경우 직물로 당신의 입 및 코를 덮으십시오. 그것은 아프게 되기 에서 당신의 주위에 그들을 막을지도 모른다.

당신의 손을 청소하십시오.

당신의 손을 씻는 것은 수시로 세균에서 당신을 보호하는 것을 도울 것이다.

당신의 눈, 코 또는 입을 만지는 피하십시오.

세균은 수시로 사람이 세균으로 오염되는 무언가를 만지고 그 후에 그 혹은 그녀의 눈, 코, 또는 입을 만질 때 전파된다.

다른 건강 거주를 실행하십시오.

잠 의 많음을 되고, 육체적으로 활동으로서있고, 당신의 긴장을 처리하고, 액체의 많음을 마시고, 영양분이 있는 음식을 먹으십시오.

당신이 건강하게 체재하기 위하여 수 있는 무엇을 할

체재는 알렸다. 이 CDC 웹사이트 <http://www.cdc.gov> 정보가 유효하게 된 대로 일정하게 새롭게 할 것이다.

유행성감기는 감염된 사람들의 주로 개별 직행 기침하거나 재채기를 퍼지고
생각된다.

건강하게 체재할 것이다 포획 매일 활동.

당신이 기침하거나 재채기할 때 직물로 당신의 코 및 입을 덮으십시오. 당신이
그것을 이용한 후에 쓰레기에 있는 직물을 던지십시오.

특히 당신이 기침하거나 재채기한 후에, 비누를 가진 당신의 손을 수시로 씻고
급수하십시오. Alcohol-based 손 세척기술자는 또한 효과적이다.

당신의 눈, 코 또는 입을 만지는 피하십시오. 그렇게 세균에 의하여 퍼졌다.

당신이 아픈 경우에 되면 가정 체재. CDC는 당신이 다른 사람을 사용 또는 학교
및 한계 접촉 에서 그들 감염에서 유지하기 위하여 다는 것을 추천한다.

학교 마감에 대하여 공중 위생 충고를 따라, 군중과 다른 사회적인 멀어지는
측정을 피한.

경고로 가족 비상사태 계획을 개발하십시오. 이것은 음식, 약, facemasks ,
alcohol-based 손 문지름 및 다른 근본적인 공급의 공급 저장 포함해야 한다.

정보 더를 위한 외침 1 800 CDC 정보.

질문 & 응답

돼지 유행성감기와 당신

돼지 독감은 무엇인가? 돼지 유행성감기 (돼지 독감)는 돼지에 있는 일정한
발발을 일으키는 원인이 되는 유형 A 유행성감기 바이러스에 기인한 돼지의
호흡기 질환이다. 사람들은 일반적으로 돼지 독감을 얻지 않는다, 그러나 인간
감염은 할 수 있고 일어난다. 돼지 독감 바이러스는 개별에서 퍼짐에 보고되었다,
그러나 과거에는, 이 전송은 3명의 사람들 저쪽에 한정되어다 지탱하지 않아
이었다.

미국에 있는 돼지 독감 을 가진 인간 감염 있는가? 3 월 말과 상순 2009년
4월에서는, 돼지 유행성감기 A (H1N1) 바이러스를 가진 인간 감염의 케이스는
남쪽 캘리포니아 및 Guadalupe 가까운 군, 텍사스에서 처음으로 보고되었다. 다른
미국. 국가는 인간에 있는 돼지 독감 감염의 케이스를 보고하고 케이스는
국제적으로 또한 보고되었다. 미국에 있는 확인된 돼지 독감 감염의 개정하는

케이스 조사에는 지켜진다 <http://www.cdc.gov/swineflu/investigation.htm> CDC 및 지방 주민 및 국가 건강 기관은 이 상황을 조사하기 위하여 함께 작동하고 있다.

이 돼지 독감 바이러스는 전염성이 있는가? CDC 는 이 돼지 유행성감기 A (H1N1) 바이러스가 전염성이 있고에게서 인간 사이 퍼지고 있다는 것을 결정했다. 그러나, 현재로서는, 방법 쉽게 바이러스가 사람들 사이에서 퍼지는 모른다.

사람들에 있는 돼지 독감의 표시 그리고 증후는 무엇인가? 사람들에 있는 돼지 독감의 증후는 일정한 인간 독감의 증후와 유사하 발열, 기침, 목의 통증, 몸 통증, 두통, 오한 및 피로를 포함한다. 어떤 사람들 돼지 독감과 관련되었던 설사와 구토를 보고했다. , 가혹한 병 (폐염과 호흡 실패)와 죽음은 과거에는 사람들에 있는 돼지 독감 감염으로 보고되었다. 계절 독감 같이, 돼지 독감은 근본적인 만성 건강 상태의 악화시키를 일으키는 원인이 될지도 모른다.

돼지 독감은 어떻게 퍼지는가? 이 돼지 유행성감기 A (H1N1) 바이러스의 퍼짐은 계절 독감이 퍼진다 같은 방식으로 일어나고 생각된다. 독감 바이러스는 유행성감기를 가진 사람들의 개별 직행 기침하거나 재채기에서 주로 퍼진다. 때때로 사람들은 그것에 독감 바이러스에 무언가를 만지고 그 후에 그들의 입 또는 코를 만져서 감염해 될지도 모른다.

나는 돼지 먹거나 준비하기에게서 돼지 유행성감기를 얻어서 좋은가? 아니다. 돼지

유행성감기 바이러스는 음식에 의해 퍼지지 않는다. 당신은 돼지 또는 돼지 제품을 먹기에게서 돼지 유행성감기를 얻을 수 없다. 먹는 제대로 취급되고 요리한 돼지 제품은 안전하다.

누구는 어떻게 독감에 누군가 다른 사람을 감염할 수 있는가? 감염한 사람들은 1 일 증후가와 아프게 될 후에 7 까지 이상 일 발전하기 전에 다른 사람을 감염할 수 처음 있을지도 모른다. 저것은 당신이 아픈 동안 당신은 아프다는 것을, 뿐만 아니라 당신이 알고 있기 전에 당신이 누군가 다른 사람에 독감을 전달할 수 있을지도 모른다 의미한다.

나는 무엇을 해야 독감을 얻기 에서 유지하기 위하여 하는가? 첫째로 그리고 가장 중요한: 당신의 손을 씻으십시오. 좋은 일반 건강에서 체재하는 것을 시도하십시오. 잠 의 많음을 되고, 육체적으로 활동으로서있고, 당신의 긴장을 처리하고, 액체의 많음을 마시고, 영양분이 있는 음식을 먹으십시오. 시험 독감 바이러스로 오염될지도 모른다 접촉 표면 아닙니다. 아픈 사람들과의 접촉을 근접하여 피하십시오.