

البقاء في المنزل مع الإصابة بالإنفلوانزا

لا تغادر المنزل عندما تكون مصابًا بالإنفلوانزا.
وكن مستعدًا أن تبقى أطفالك وكذا الكبار في
المنزل إذا أصابهم المرض.

لماذا يكون من المهم البقاء في المنزل عند الإصابة بالإنفلوانزا؟

يمكن أن تصيب الآخرين بالعدوى عند العطس أو السعال. إذ تكثر احتمالات إصابتك للآخرين عندما تكون مصابًا بالحمى، وكذلك لمدة ٢٤ ساعة بعد زوال الحمى.

أخطر حالات نقل العدوى



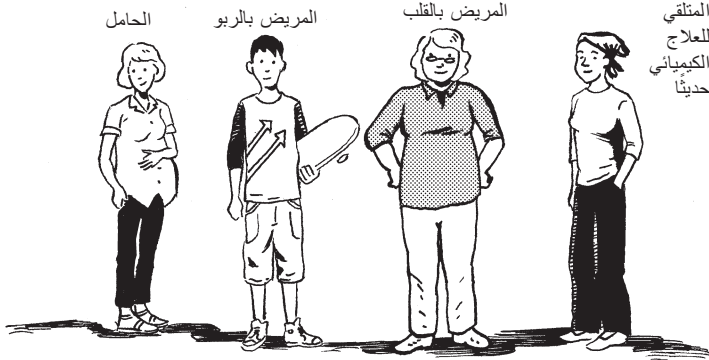
أثناء الإصابة
بالحمى

أو



يوم كامل بعد زوال
الحمى

يكون بعض الناس أكثر عرضة لخطر الإصابة بمشاكل صحية خطيرة
إذا ما أصيبوا بالإنفلوانزا.



الحامل

المريض بالربو

المريض بالقلب

المتلقي
للعلاج
الكيميائي
حديثًا

يبدو العديد من الناس الأكثر عرضة لالتقاط المرض أنهم أصحاء.

إذا ما ذهبت للمدرسة أو أية تجمعات أخرى وأنت في حالة نشر
للفيروس، ستعرض الآخرين للخطر.



تأكد من سلامة طفلك قبل ذهابه للمدرسة أو دار رعاية الأطفال كل يوم

هل يعاني طفلك من:

الحمى

أعلى من ١٠٠
درجة فهرنهايت



وأحد الأعراض التالية:

السعال



أو

احتقان في الحلق



في تلك الحالة، قد يكون طفلك مصابًا بالإنفلوانزا. وتشمل العلامات الأخرى رشح بالأنف وآلام بالجسم والإسهال والقيء.

إذا أصبح طفلك مريضًا، فيجب أن تفكر في خيارات الرعاية هذه.

إذا هل تستطيع الاعتناء بها
بعد الظهر؟

أعتقد أنني يمكنني
ذلك.



اطلب المساعدة من الأقارب أو الأصدقاء أو
الجيران.

شكرًا! يمكنني استضافة الأطفال في منزلي
غداً.



انشأ شبكة من أهل الحي لرعاية الأطفال. ابحث عن مجموعة صغيرة من الأسر لتبادل
أيام رعاية الأطفال.