

FactSheet

Para Su Información

When to Seek Medical Care for Influenza

What is influenza?

Influenza (also known as the flu) is a contagious respiratory illness caused by flu viruses. Seasonal flu and 2009 H1N1 are both influenza viruses that can cause mild to severe illness. Influenza usually comes on suddenly and symptoms include fever, cough, sore throat, headache, extreme tiredness, runny or stuffy nose and muscle aches. Stomach symptoms may include nausea, vomiting and diarrhea, but are more common in children than adults.

Does everyone with the flu need to see a health care provider or get tested and treated?

Most children and adults who are generally in good health will recover from the flu without needing to visit a health care provider. Some people may want to call their health care provider for advice on how to care for the flu at home.

I think I have the flu. Can I get tested and treated for 2009 H1N1 influenza or seasonal flu?

Testing and treatment is not needed or recommended for most children and adults who get the flu. Antiviral medication is not currently recommended except for people with the flu who are at higher risk for complications or have severe illness.

Who needs to call or visit a health care provider?

Children and adults who are ill and at high risk for flu complications and people with more severe flu symptoms should call their primary health care provider or go to an urgent care clinic/emergency room if they cannot reach their health care provider.

Whenever possible, call your health care provider to get advice on whether you need to be seen. Do not go to an emergency room unless you have severe symptoms or a chronic condition that puts you at higher risk for flu complications and you cannot contact your health care provider.

General advice if you think you have the flu:

- If you are sick with the flu, you may be ill for a week or longer. Stay home, unless you need medical care or other necessities, so you can get better and prevent others from getting ill. Drink plenty of fluids and rest as much as possible. Avoid travel.
- Do not go to work or school until at least 24 hours after your fever is gone. Your fever should be gone without the use of fever-reducing medicine like acetomenophen (Tylenol) and ibuprofen (Advil).
- If you leave the house to seek medical care, wear a facemask.
- Wash your hands frequently with warm water and soap or use a hand sanitizer.
- Cover your coughs and sneezes with a tissue or your sleeve.
- In general, avoid contact with other people as much as possible to keep from spreading your illness, especially those with one of the high-risk chronic conditions.

Who is at increased risk for seasonal flu complications?

Generally, people at increased risk for flu complications are:

- Children younger than 5 years of age, particularly children younger than 2 years of age,

(continued)

for whom the risk for severe complications from influenza is highest

- Adults 65 years of age or older
- Pregnant women
- People with the following conditions:
 - Chronic diseases of the lung (including asthma), heart (except hypertension), kidney, liver, blood (including sickle cell disease), brain or nervous system, muscles (particularly those that cause difficulty with swallowing), or metabolism (including diabetes mellitus)
 - Immunosuppression (weakened immune system) including that caused by medications or by HIV
 - People younger than 19 years of age who are receiving long-term aspirin therapy, because of an increased risk for Reye syndrome

Who is at risk for complications from 2009 H1N1 flu?

- Pregnant women
- People who live with or care for infants younger than 6 months of age because this age group is at higher risk of influenza-related complications and cannot be vaccinated
- Health care and emergency medical services personnel who have direct patient contact
- Children 6 months through 18 years of age because they are typically in close contact with each other in school and child care settings, which increases the likelihood of disease spread
- Young adults 19 through 24 years of age because they often live, work and study in close proximity, and they are a frequently mobile population
- Adults 25 through 64 years of age who have health conditions associated with higher risk of medical complications from influenza

When should I seek immediate medical care?

If you become ill and experience any of the following warning signs, go to an emergency room or urgent care center.

For children:

- Fast breathing or trouble breathing
- Bluish or gray skin color (call 911 immediately)
- Not drinking enough fluids
- Severe or persistent vomiting
- Not waking up or not interacting
- Being so irritable that the child does not want to be held
- Flu-like symptoms improve but then return with fever and worse cough

For adults:

- Difficulty breathing or shortness of breath
- Pain or pressure in the chest or abdomen
- Sudden dizziness
- Confusion
- Severe or persistent vomiting
- Flu-like symptoms improve but then return with fever and worse cough

Where can I get more information?

Contact your health care provider or go to the Southern Nevada Health District's website at www.SouthernNevadaHealthDistrict.org.



625 Shadow Lane | P.O. Box 3902
Las Vegas, NV 89127 | 702.759.1000
www.southernnevadahealthdistrict.org

Updated 10-09

FactSheet

Para Su Información

Cuándo buscar atención médica debido a la influenza

¿Qué es la influenza?

La influenza (también conocida como gripe) es una enfermedad respiratoria contagiosa causada por los virus de la gripe. La gripe estacional y la gripe H1N1 son virus de la influenza que pueden provocar una enfermedad leve a grave. La influenza habitualmente surge en forma repentina y normalmente incluye fiebre, tos, dolor de garganta, dolor de cabeza, cansancio extremo, escurrimiento o congestión nasal, y dolores musculares. Síntomas estomacales de la gripe pueden incluir náuseas, vómitos y diarrea, los que son más comunes en los niños que en los adultos.

¿Todas las personas con gripe deben consultar a un proveedor de servicios de salud o realizarse exámenes y recibir tratamiento?

La mayoría de los niños y adultos con buena salud general se recuperarán de la gripe sin necesidad de consultar a un proveedor de servicios de salud. Algunas personas pueden llamar a su proveedor para solicitar orientación sobre cómo tratar la gripe en casa.

Creo que tengo gripe. ¿Puedo realizarme exámenes y someterme a un tratamiento para la influenza H1N1 2009 o la gripe estacional?

Para la mayoría de los niños y adultos que se contagian con la gripe no se recomienda, realizarse exámenes o someterse a un tratamiento. En la actualidad, no se recomiendan medicamentos antivirales, excepto para las personas con gripe que tienen mayor riesgo de tener complicaciones o que tienen una enfermedad grave.

¿Quién debe llamar o visitar a un proveedor de servicios de salud?

Los niños y los adultos que están enfermos y tienen un riesgo más alto de tener complicaciones, así como también las personas con síntomas de gripe más graves deben llamar a su proveedor primario de servicios de salud o dirigirse a una Clínica de Atención de Urgencia o Sala de Urgencias, si no se pueden comunicar con su proveedor de servicios de salud.

Cada vez que sea posible, llame a su proveedor de servicios de salud para que le indique si es necesario que lo vea. No vaya a la Sala de Urgencias, a menos que presente síntomas graves o una enfermedad crónica que le provoque un riesgo más alto de tener complicaciones por la gripe, y no pueda comunicarse con su proveedor de servicios de salud.

Recomendaciones generales si cree que tiene la gripe:

- Si tiene la gripe puede estar enfermo una semana o más. Quédese en casa, a menos que necesite atención médica o tenga otras necesidades, de manera que pueda recuperarse y evitar que otras personas se contagien. Beba abundantes líquidos, descanse lo más posible y evite viajar.
- No vaya al trabajo o la escuela hasta al menos 24 horas después que ya no tenga fiebre. La fiebre debe desaparecer sin el uso de medicamentos para reducirla, como acetaminofeno (Tylenol) e ibuprofeno (Motrin).
- Si sale de su casa para buscar atención médica, use una mascarilla.
- Lávese las manos frecuentemente, con agua tibia y jabón, o use un desinfectante de manos.

(continuado)

- Cuando tosa o estornude, cúbrase la boca con un pañuelo de papel o la manga de su camisa.
- En general, evite el contacto con otras personas tanto como sea posible para no propagar la enfermedad, especialmente si se trata de personas con una de las enfermedades crónicas de alto riesgo.

¿Cuándo debo buscar atención médica inmediata?

Si se enferma y experimenta alguna de las siguientes señales de advertencia, vaya a una Sala de Urgencias o a un Centro de Atención de Urgencia.

En el caso de los niños:

- respiración rápida o problemas para respirar;
- piel de color azulado o gris (llame inmediatamente al 911);
- no bebe suficiente líquido;
- vómito intenso o persistente;
- no despierta ni interactúa;
- está tan irritable que el niño no desea que lo abracen;
- los síntomas parecidos a los de la gripe mejoran, pero luego vuelven con fiebre y una tos más fuerte.

En el caso de los adultos:

- dificultad para respirar o falta de aire;
- dolor o presión en el pecho o abdomen;
- mareo repentino;
- confusión;
- vómito intenso o persistente;
- los síntomas parecidos a los de la gripe mejoran, pero luego vuelven con fiebre y una tos más fuerte.

¿Dónde puedo conseguir más información?

Comuníquese con su proveedor de servicios de salud o visite el sitio Web del Distrito de Salud del Sur de Nevada en www.SouthernNevadaHealthDistrict.org.



625 Shadow Lane | P.O. Box 3902
Las Vegas, NV 89127 | 702.759.1000
www.southernnevadahealthdistrict.org