

Kisa Yon Epidemi Lagrip Enfliyenza Ye?

Epidemi lagrip enfliyenza se yon epidemi yon nouvo souch viris lagrip ki repann nan lemond antye. Menmsi anpil moun pran *lagrip sezon an* chak ane, gen lòt moun ki pa tonbe malad poutèt kò yo kapab konbat li oswa yo pran yon vaksen kont lagrip chak ane. Men avèk epidemi (pandemi) lagrip enfliyenza se yon maladi ke yo pa dekouvri lontan petèt pa gen okenn vaksen pou anpeche kontamine. Santèn milye moun nan peyi nou kapab tonbe malad e anpil ladan yo kapab mouri tou. Li trè enpòtan nou fè preparasyon pou lagrip enfliyenza sa a.

Epidemi (pandemi) lagrip deja rive anvan. Nan kòmansman 20yèm syèk la, te gen twa (3) pandemi lagrip enfliyanza, ikonpri Lagrip espayòl 1918 ki te tuye omwen 500 000 moun Ozetazini e jiska 40 milyon moun nan lemond antye.

Lagrip pandemik rive lè yon viris lagrip ki sòti nan zannimo chanje pou pran yon fòm ki kapab kontamine moun fasilman. *Lagrip avyè se* yon viris ki nòmalmman kontamine zwazo sèlman, men pafwa li kapan rann moun malad tou. Ofisyèl lasante yo krenn viris avyè a an Azi ak an Ewòp paske li ta kapab chanje e repann tèt li fasilman de moun an moun atravè lemond.

Jwenn Repons Sou Sit Wèb Siveyans Lagrip CT (CT Flu Watch)

Eta Connecticut la te kreye yon sit wèb ki rele *CT Flu Watch (Siveyans lagrip CT)* nan www.ct.gov/ctfluwatch pou founi yon enfòmasyon ajou osijè enfliyenza avyè ak pandemik la. Li gen ladann sa ki ap pase nan lemond, kijan Connecticut ap pare

Jwenn Plis Enfòmasyon

Sit wèb Siveyans lagrip CT a (Connecticut Flu Watch)
www.ct.gov/ctfluwatch

Depatman sante piblik Connecticut
www.ct.gov/dph

E Vaksen Ak Medikaman Antiviral Yo ?

Yo ba w yon vaksen lagrip pou anpeche w pran lagrip. Pa gen anpil estòk vaksen kont pandemi lagrip pandan pandemi a e estòk yo kapab kontinye limite menm apre pandemi a fini. Medikaman antiviral kapab fè pandemi lagrip la mwens grav, men pa gen anpil ki disponib e pèsòn pa kapab si y ap gen efè.

Menmsi nou pa konnen kilè yon pandemi pral rive oswa si l ap grav, gouvènman federal, Eta, tribal ak lokal yo ansnam ak sektè endistri prive ap pare kò yo pou li. Nou vle pou ou pare tou. Tiliv sa a ba w enfòmasyon konsènan sa w kapab fè pou rete an bòn sante e pou **Pare Tèt Ou Pou Pandemi Enfliyanza a.**



kò l e sa w kapab fè pou pwoteje tèt ou ak fanmi w. Vizite sit wèb sa a souvan pou **w Kapab Pare Kò w Pou Epidemi Enfliyanza a.**

U.S. Department of Health & Human Services
www.pandemicflu.gov

Rele nan 2-1-1

Twous « Pare Tèt Ou »

Twous preparasyon kont pandemi lagrip ta dwe gen ase manje ak objè pèsònèl pou fè w kenbe omwen pandan de (2) semèn. Men yon lis pratik bagay ou ta dwe genyen nan twous preparasyon pou pandemi lagrip :

Manje ak pwodui ki pa perisab

- Vyann an bwat, fwi, legim, soup
- Baton pwoteyin oswa ki gen fwi ladann
- Sereyal oswa granola ki sèch
- Manba oswa nwa (pou moun ki pa fè alèji)
- Fwi sèk • Biskwit • Ji nan bwat
- Dlo nan boutèy (omwen 1 galon pou chak pèsòn, pou chak jou)
- Manje an bwat oswa nan bokal ak preprasyon an poud pou tibebe
- Manje pou bèt yo

Rezèv peodui medikal, lasante ak atik an ka dijans

- Medikaman avèk preskripsyon oswa san preskripsyon
- Savon avèk dlo oswa savon ki gen alkòl pou lavè men
- Medikaman kont lafyè (acetaminophen oswa ibuprofen)
- Medikaman kont latous ak lagrip (si w gen kèlkeswa pwoblèm medikal la, rele doktè w anvan)
- Tèmomèt • Medikaman kont ladyare
- Pwodui pou netwayaj • Yon ouvre-bwat manyèl
- Flach, radyo pòtab, pil
- Yon gwo mamit avèk recho pou kwit manje
- Klinèks, papyè twalèt, sak plastic, kouchèt jetab
- Mask pou pwoteje figi w ak gan pou pwoteje tèt ou

Pa bliye, twous preparasyon pou pandemi lagrip kapab sèvi pou nenpòt ki kalite sitiyasyon dijans.

Preparasyon Pou Epidemi Lagrip (Enfliyenza)

Pran Konsyans, Pare Kò w



Yon tiliv pèsònèl ak pou lafanmi

Sit wèb Siveyans lagrip CT a
www.ct.gov/ctfluwatch

Oswa rele nan 2-1-1 pou kapab jwenn plis enfòmasyon



www.ct.gov/ctfluwatch
oswa rele nan 2-1-1

Pandemic Flu - Haitian Creole

A Kisa Ou Dwe Atann Ou ?

Yon pandemi pwobableman se yon epidemi ki dire lontan e ki afekte lemonn antye. Li kapab pwovoke chanjman akoutèm nan anpil aspè nan lavi nou. Pèsòn pa konnen ak ki fòs pwochen pandemi a pral frape, men tout moun ta dwe pare.

Lè yon pandemic frape—

- Sa kapab vin difisil pou jwenn swen medikal. Si gen yen twòp moun ki malad alafwa, li ka difisil osinon enposib pou lopital ak klinik yo pran ka tout moun anmenm tan. Anpil doktè ak enfimyè kapab malad tou.
- Founiti ak sèvis yo kapab limite. Anpil moun petèt pa kapab al travay, e sa afekte orè fonksyònman biznis, magazen manje, bank, biwo leta ak lòt sèvis yo.
- Yo petèt pral mande pou w rete lakay ou yon fason pou limite kontaminasyon lòt moun ak lagrip.
- Sèvis tankou elektrisite, dlo ak kolèk fatra kapab pa disponib akòz absans anplwaye yo.
- Estòk medikaman pou lagrip yo kapab trè ba.
- Sa kapab vin difisil pou deplase. Itinerè ak kalan-driye pou otobis, tren oswa avyon kapab chanje oswa vin limite. Rezèv gazolin yo kapab ba.



Kisa Pou w Fè ?

Rete An Bòn Sante

- Asire w ke eta sante w trè bon, paske plis li bon, plis li kapab ede w konbat lagrip la. Suiv yon rejim alimantè ki ekilibre, fè egzèsis chak jou e repoze w byen.

Lave men ou anpil avèk savon e dlo oswa sèvi ak yon dezenfektan ki gen yen alkòl ladan li (tankou Purell™) apre w fin estènye oswa touse. Lave men ou pou pwoteje tèt ou kont viris lagrip la ansanm ak lòt jèm.

- Eseye pa manyen zye w, nen w oswa bouch ou. Moun konn kontamine avèk lagrip anpil lè yo manyen yon bagay ki gn viris sou li e apre sa yo manyen zye, nen oswa bouch yo.
- Netwaye sifas kontak kouran (telefòn, sifas kontwa, manch pòt) regilyèman avèk yon dezenfektan tankou Lysol™.
- Touse manch chemiz ou oswa kouvri bouch ak nen ou avèk yon klinèks.
- Eseye ret lakay ou lè w malad. Si w dwe rete ankonpayi lòt moun, eseye rete lwen yo jan ou kapab.

Pare yon plan pou moun ki abite nan menm kay avèk ou ak fanmi w

- Konsevwa plan preparasyon menmjan ou ta fè pou lòt sityasyon dijans.
- Prevwa ki kote tout manm fanmi w kapab ale si yo ta vin separe nou pandan yon sityasyon dijans.

Aprann konnen règ ki aplikab lekòl ak nan lye travay osijè maladi ak absans.

- Deside alavans kimoun ki pral okipe pitit ou si lekòl yo ret fèmen.
- Reflechi sou kijan ou ta ede moun nan fanmi w ki andikape oswa ki gen bezwen espesyal, si sèvis sipò yo pa disponib ankò.
- Pare kò w pou ede vwazen ou ki granmoun oswa ki gen bezwen espesyal, si sèvis yo bezwen yo pa disponib.



Fè Rezèv Lakay Ou Pou Sityasyon Dijans

- Fè rezèv manje ak dlo. Fòk chak moun gen ase pou l kapab kenbe pandan 2 semèn.
- Chwazi manje ki pral konsève pandan lontan e ki pa bezwen konsève nan frijidè oswa ki pa bezwen pou w kwit yo.
- Achte yon ouvre-bwat manyèl, sizoka ta vin genyen pann kouran.

Fè rezèv medikaman avèk preskripsyon e san preskripsyon ansanm ak lòt rezèv pwodui sante ou konn itilize chak jou oswa souvan.

- Fè rezèv sou atik pou ede redui sentòm lagrip yo tankou medikaman pou lafyè (ibuprofen ak acetaminophen), konprès fwad, lèn, imidifikatè, dlo ak ji fwi.
- Kenbe lakay ou omwen de (2) semèn rezèv savon, chanpou, dantifris, papye twalèt ak pwodui pou netwayaj.
- Fè aktivite pou ou ak pou pitit ou ki pa bezwen elektrisite, tankou liv, travay manyèl, je de sosyete ak founiti pou fè desen.
- Kenbe ase lajan kach avèk biyè ou pa bezwen chanje poutèt yo twò gwo, paske bank yo kapab pa louvri e ATM yo kapab pa fonksyone.

Sonje zannimo w ! Fè rezèv manje pou bèt.

- Fòk ou gen yon selilè *ansanm* ak yon telefòn nòm al avèk kab. Telefòn san fil yo pap mache si pa gen kouran.
- Kenbe gwo sak poubèl plastik yo pou òganize fatra pou sizoka sèvis ramasaj fatra a ta gen reta oubyen pa disponib pandan plizyè jou.



Fè Pwomosyon Aktivite Pou Pwoteje Lasante Piblik Nan Biznis Ak Nan Kominote w

- Fè plan pou travay enpòtan an kapab fèt avèk mwens moun e pare tèt ou e aksepte fè aktivite ki anjeneral pa fè pati de responsabilite w nan travay la.
- Analize avèk anplwyè/anplwaye w yo lòt fason pou kapab fè travay la.
- Aprann konnen ki règ konpayi w genyen osijè absans akòz maladi, absans otorize ak lè moun vle travay lakay yo.

Pa al travay lè w malad.

- Pòte w volontè nan gwoup lokal yo pou pare e ede òganize entèvansyon nan sityasyon dijans yo.
- Kontakte depatman sante lokal ou pou diskite osijè plan preparasyon kominote w.

Gouvènman Eta ak lokal yo ap travay pou fè plan sizoka ta genyen yon pandemi lagrip. Rele depatman sante lokal ou pou pòte w volontè e pou ede kominote w.

