

# FLU

11,000+ TEXANS DIED  
OF FLU-RELATED  
ILLNESS IN 2017-18

## Everyone over 6 months of age needs a flu vaccination every year.

Flu is especially dangerous for **pregnant women, young children, older adults, and people with chronic medical conditions.**

Flu is a viral illness of the **nose, throat, and lungs** that easily spreads to others.

Flu vaccination **keeps 4 in 10 people out of the hospital** if they get the flu.

### BENEFITS

- ▶ Keeps you (and millions of others) from getting most types of flu
- ▶ Lessens your symptoms if you do get the flu
- ▶ Protects newborns from flu during first months (if mom got the shot while pregnant)

### THE FLU VACCINE WILL NOT GIVE YOU THE FLU!

If you catch the flu after you've been vaccinated, it's most likely because:

- 1 **You were exposed to the flu** before you developed protection (takes about 2 weeks after you're vaccinated).
- 2 **Different flu types exist.** A flu shot may not protect against all of them.

### FLU VACCINE TYPES

- ▶ Standard flu shot
- ▶ Intradermal shot (into the skin with a smaller needle)
- ▶ Nasal-spray flu vaccine
- ▶ High-dose shot for the elderly

### KEEP YOURSELF HEALTHY

- ✓ Get vaccinated every year
- ✓ Wash hands
- ✓ Avoid sick people



PROTECT YOU AND YOUR  
FAMILY FROM FLU

[www.texmed.org/BeWise](http://www.texmed.org/BeWise)

Sources: Centers for Disease Control and Prevention, Texas Department of State Health Services

Be Wise — Immunize<sup>SM</sup> is a joint initiative led by TMA physicians and medical students, and the TMA Alliance. It is funded in 2019 by the TMA Foundation thanks to H-E-B, TMF Health Quality Institute, Pfizer Inc., and gifts from physicians and their families.

Be Wise — Immunize is a service mark of the Texas Medical Association. © Texas Medical Association 2019

TALK TO YOUR DOCTOR IF YOU HAVE QUESTIONS ABOUT FLU VACCINATION.

# GRIPE

Más de 11.000 Tejanos murieron de la gripe enfermedad relacionada en el 2017-18.

## Todos las personas mayores de 6 meses de edad necesitan una vacuna contra la gripe cada año.

La gripe es **especialmente peligrosa** para las mujeres embarazadas, niños pequeños, adultos mayores, y personas con afecciones médicas crónicas.

La gripe es **una enfermedad viral de la nariz, garganta y pulmones** que se propaga fácilmente a los demás.

La vacunación contra la gripe mantiene **4 de 10 personas fuera del hospital** si contraen la gripe.

### BENEFICIOS

- ▶ Evita que usted (y millones de personas más) contraigan la mayoría de los tipos de gripe
- ▶ Disminuye sus síntomas si usted contrae la gripe
- ▶ Protege a los recién nacidos de la gripe durante los primeros meses. (Si la mamá recibió la vacuna durante el embarazo)

### ¡LA VACUNA CONTRA LA GRIPE NO LE DARA LA GRIPE!

Si contrae la gripe después de haber estado vacunado, es más probable porque:

- 1 Estuvo expuesto a la gripe** antes de que usted desarrollara protección (toma alrededor de dos semanas después de haber sido vacunado).
- 2 Existen tipos diferentes de gripe.** Una vacuna contra la gripe puede que no lo proteja contra todas ellas.

### LOS TIPOS DE VACUNA CONTRA LA GRIPE

- ▶ La vacuna contra la gripe estándar
- ▶ Inyección intradérmica (en la piel con una aguja más pequeña)
- ▶ La vacuna contra la gripe en aerosol
- ▶ Una alta dosis de la vacuna para los ancianos

### MANTÉNGASE SALUDABLE

- ✓ Vacunarse cada año
- ✓ Lavarse las manos
- ✓ Evitar a las personas enfermas



PROTEJA A USTED Y SU FAMILIA DE LA GRIPE

[www.texmed.org/BeWise](http://www.texmed.org/BeWise)

Sources: Centers for Disease Control and Prevention, Texas Department of State Health Services  
Be Wise — Immunize<sup>SM</sup> es una iniciativa conjunta dirigida por médicos y médicos de TMA estudiantes y la TMA Alliance. Está financiado en el 2019 por la TMA Foundation gracias a H-E-B, TMF Health Quality Institute, Pfizer Inc., y obsequios de médicos y sus familias.

Be Wise — Immunize es una marca de servicio de Texas Medical Association. © Texas Medical Association 2019

HABLE CON SU MÉDICO SI TIENE PREGUNTAS SOBRE LA VACUNACIÓN CONTRA LA GRIPE.