

Seja Atualizado ku Vasinhas di COVID-19

Vasinhas COVID-19 são siguras, efikazis, y rikumendadu pa adultus y pa kriansas di 6 mezis y mas grandi. Vasinason kontinua ta ser midjor manera di proteg bu kabesa y bus entis keridus di fika duenti.

Ka bu Skesi di Gripi!

Tudu kriansa ku 6 mezis ou mas debi resebi um vasina kontra gripi anualmenti. Gripi inda é um preokupason séria, spesialmenti pa adultus mas bedjus, kriansas pikinoti, grávidas y pissoas ku kondisons médikas.

Bu podi fika duenti ku COVID-19 y gripi ao mesmu tempu. Notísia boa é ki bu podi toma um vasina kontra gripi y COVID-19 ao mesmu tempu.



Boston Public Health Commission
Dipartamentu di Duensas
Infessiozas
1010 Massachusetts Avenue
Boston, MA 02118
www.boston.gov/bphc
617-534-5611

Atualizado: Sitembru 2023

cvc

Boston Public Health Commission

Mantendu Saudável Durante FÉRIADUS



Konxi Bus Rikursus:



Enkontra um Vasina di COVID-19!



Enkontra Tratamentu di COVID-19!



Enkontra Testi di COVID-19!



Enkontra um Vasina di Gripi!



Faze Testi!

Fazi testi pa COVID-19 y/ou gripi, spesialmenti si bu stiver ta xinti duenti.

Mantenha kits di testi rápidu di COVID-19 na kaza pa uza si bu xinti duenti, si tiver sidu expostu a alguém ku COVID-19 ou antis di atividades ku idozus ou otus pissoas ku risku aumentadu di COVID-19 gravi.



Faze Tratamentu

Se bu testa pozitivu pa COVID-19 ou gripi y bu stiver sob altu risku di fika txeu duenti, papia ku bu médiku sobri posibilidadi di resebi tratamentu imediatamenti.



Fika na Kaza Si Bu Sta Xinti Duenti.

Papia ku bu médiku sobri modi ki bu ta fazi testi di COVID-19 y/ou gripi. Uz um máskra kuandu bu stiver pertu di otus pissoas si bu stiver duenti.

Ka bu Skesi di Báziku!

Kubri Bu Nariz y Boka
Kuandu bu tossi ou spirra, kubri nariz y boka ku kutuvelu ou um lensu di papel. Keli podi protegeu di resfriadus, gripis y també di COVID-19 limitandu propagason di gotíkulas respiratórias. Konsidera uza máskra na lokais fitxadus ku txeu pissoas, spesialmenti si bu tiver ta xinti mal.



Laba Bus Mons

Laba mon frikuentimenti ku agu y sabon duranti pelu menus 20 sigundu, spesialmenti dipos di tossi, spirra, uza banheru y antis di kume. Keli t djuda a ivita propagason di germis ki podi kauza resfriadus, gripis, COVID-19, y otus duensas.



Aumenta Ventilason

Duensas respiratórius, komu resfriadus, gripis e COVID-19, ta spadja mas fasilmenti na spasus internus lotadus. Keli é spesialmenti verdadi na invernu, kuandu portas y janelas sta fitxadus. Si for siguru, abri portas y janelas ou uza purifikadoris di ar pa reduzi risku di duensas.