meridian

HealthChoice Illinois
Illinois Department of Healthcare and Family Services

फ्लू और आप

क्या आपको पता था?

लाखों लोग प्रति वर्ष इन्फ्लूएंजा (फ्लू) से बीमार हो जाते हैं। फ्लू का फैलना आसान है और बहुत गंभीर हो सकता है! अपने आप को बचाने के लिए निम्नलिखित युक्तियाँ देखें।

फ्लू से लड़ने हेतु कार्य

टीका लगवाएँ
6 महीने और उससे अधिक उम्र के किसी के भी लिए प्रत्येक वर्ष अनुशंसित

एंटीवायरल औषधियाँ लें
(यदि आपके प्रदाता द्वारा अनुमोदित हो)

फ्लू को फैलने से रोकने के लिए कदम उठाएँ

- खाँसते और छींकते समय मुँह को ढकें या कोई मास्क पहनें
- हाथों को बार-बार साबुन और पानी से धोएँ
- जो वस्तुएँ दूषित हो सकती हैं उन्हें कीटाणुरहित करें
- यदि आप बीमार हैं तो काम या स्कूल जाने के बजाय घर पर रहें
- अपनी आँखों, नाक और मुँह को छूने से बचें

फ्लू शॉट के बारे में तथ्य

✔ **आपको टीके से फ्लू नहीं हो सकता है**

✔ **टीका शिशुओं और गर्भवती महिलाओं के लिए सुरक्षित है।** यह 6 महीने और उससे अधिक उम्र के किसी के भी लिए अनुशंसित है

✔ **फ्लू का उपचार एंटीबायोटिक्स से नहीं किया जा सकता है**

✔ **एंटीबायोटिक्स केवल बैक्टीरिया को मारते हैं।** फ्लू वायरस के कारण होता है

✔ **आपको हर वर्ष टीका लगवाना चाहिए।** इससे फ्लू होने का जोखिम कम हो जाएगा

✔ **फ्लू गंभीर हो सकता है।** यह विशेष रूप से छोटे बच्चों, बुजुर्गों और अन्य स्वास्थ्य संबंधी चिंताओं वाले लोगों के लिए हानिकारक हो सकता है

मुझे अपना फ्लू का शॉट कब लेना चाहिए?

जनवरी से मार्च तक फ्लू का चरम मौसम होता है। यह मई तक चल सकता है। रोग नियंत्रण और रोकथाम केंद्र (CDC) हर पतझड़/सर्दियों में टीका लगवाने की अनुशंसा करता है।

क्या आपको अपने प्रदाता के साथ अपॉइंटमेंट स्थापित करने में सहायता की आवश्यकता है?

Meridian मेडिकेड प्लान मेंबर सर्विसेस को **866-606-3700** (TTY: **711**) पर, सोमवार से शुक्रवार, सुबह 8 बजे से शाम 5 बजे तक, कॉल करें।

IL_MERIDIAN_FLU FLY_032023

meridian

Meridian complies with applicable Federal civil rights laws and does not discriminate on the basis of race, color, national origin, age, disability, or sex.

Español (Spanish): ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al **866-606-3700** (TTY: **711**).

Polski (Polish): UWAGA: Jeżeli mówisz po polsku, możesz skorzystać z bezpłatnej pomocy językowej. Zadzwoń pod numer **866-606-3700** (TTY: **711**).