

Agpabakuna

Ti trangkaso ket pakaigapuan ti nakaro a sakit. Ti bakuna ti kangrunaan a wagas tapno maprotektaranka ken ti pamiliam.



Takkuban ti ngiwat no aguyek wenno agbaeng

Takkuban ti ngiwat ken agong babaen ti kuelio wenno tisiu no aguyek wenno agbaengka. Ibelleng ti tisiu iti pagbasuraan sa bugguan dagiti ima.

Labanan ti Trangkaso

Mangrugi
daytoy
kenka



Bugguan dagiti ima

Bugguam a kanayon dagiti imam iti sabon ken apaganem-em a danum wenno agusar iti pagdalus iti ima nga adda alkoholna.



Liklikam a sagiden dagiti mata, agong ken ngiwatmo

No masagidmo dagiti disso nga ayan ti bayrus ti trangkaso, maalam ti trangkaso babaen ti panangsagidmo kadagiti mata, agong wenno ngiwatmo.



Agtalinaed iti balay no masakitka

Sumurot dagiti bayrus ti trangkaso iti sadino man a papanam no naimpektaranka. Agtalinaed iti balay wenno no kasapulan, makiungan iti mangipapaay kenka iti pannaripato ti salun-at.



Para iti ad-adu pay nga impormasion,
umawag iti 2-1-1 wenno bisitaen ti
www.hawaii.gov/health