

예방 접종을 받으십시오

인플루엔자 또는 “독감”은 심각한 질병을 유발할 수 있습니다. 예방 접종은 귀하와 귀하의 가족을 보호하는 최선의 방법입니다.



기침 또는 재채기할 때 가리십시오

기침 또는 재채기를 할 때 소매 또는 티슈로 입과 코를 가리십시오. 사용했던 티슈를 휴지통에 버리고 손을 씻으십시오.

독감을 물리 치십시오

귀하와 함께 시작합니다



손을 씻으십시오

비누와 따뜻한 물로 자주 손을 씻거나 알코올 기반의 손 세정제를 사용하십시오.



눈, 코, 입을 만지지 마십시오

독감 바이러스가 있는 표면과 접촉할 경우, 눈, 코, 또는 입을 만지면 독감에 걸릴 수 있습니다.



몸이 아프다면 집에 계십시오

독감 바이러스에 감염된 경우 독감 바이러스는 여러분이 가는 곳이 어디든지 따라갑니다. 집에 계시거나 필요할 경우 의료 전문가와 상의하십시오.



더 자세한 정보를 원하시면,
2-1-1로 연락하시거나 www.hawaii.gov/health 를 방문하십시오