



STEVEN M. NEUHAUS
COUNTY EXECUTIVE

DR. IRINA GELMAN, DPM, MPH, PhDc
COMMISSIONER

COUNTY OF ORANGE
DEPARTMENT OF HEALTH
OFFICE OF THE COMMISSIONER

August 7, 2018

Dear Parents/Guardians:

The Orange County Department of Health and the Orange County Medical Society want you to be aware that Influenza (flu) season is on its way. Flu is a serious contagious respiratory illness that can be mild to severe, and can sometimes lead to death. Some people are considered to be at high risk of developing serious flu-related complications including young children, pregnant women, people with chronic health conditions such as asthma, diabetes, heart disease, lung disease, and people 65 years of age and older. The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) recommends that everyone six months of age and older without contraindications receive seasonal flu vaccine. Vaccination is the best protection.

We would also like to take this opportunity to emphasize everyday preventive actions to help you stay healthy and avoid spreading germs.

- Wash your hands often with soap and warm water for 20 seconds
- If you are sick, stay home from school or work and limit contact with others
- Remain home until fever free for 24 hours without the use of fever-reducing medication
- Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze
- Avoid touching your eyes, nose and mouth
- Clean and disinfect surfaces and objects that may be contaminated with germs

We strongly encourage you to speak with your physician or health care provider regarding flu vaccination for you and your family. We urge you to be vaccinated before flu begins spreading in our communities.

Sincerely,

Dr. Irina Gelman, DPM, MPH, PhDc
Commissioner of Health

Stephanie L. Zeszutek, DO, FACOG, RPh
President
Orange County Medical Society



STEVEN M. NEUHAUS
COUNTY EXECUTIVE

DR. IRINA GELMAN, DPM, MPH, PhDc
COMMISSIONER

COUNTY OF ORANGE
DEPARTMENT OF HEALTH
OFFICE OF THE COMMISSIONER

7 de Agosto de 2018

Estimado Padre o Tutor:

El Departamento de Salud del Condado de Orange y la Sociedad Médica del Condado de Orange quieren que usted sepa que la temporada de influenza (gripe) está en camino. La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa que puede ser leve o grave y, a veces, puede causar la muerte. Se considera que algunas personas corren un alto riesgo de desarrollar complicaciones graves relacionadas con la gripe, incluidos niños pequeños, mujeres embarazadas, personas con enfermedades crónicas como asma, diabetes, enfermedades del corazón, enfermedades pulmonares y personas de 65 años o más. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) recomiendan que todas las personas de seis meses de edad en adelante sin contraindicaciones reciban la vacuna contra la gripe cada temporada. La vacunación es la mejor protección.

También nos gustaría aprovechar esta oportunidad para enfatizar las acciones preventivas diarias para ayudarlo a mantenerse sano y evitar la propagación de gérmenes.

- Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua tibia por 20 segundos
- Si está enfermo, quédese en casa y no vaya a la escuela o al trabajo y limite el contacto con los demás para evitar contagiarlos
- Permanecer en casa hasta que no tenga fiebre por 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre
- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca
- Limpiar y desinfectar superficies y objetos que pueden estar contaminados con gérmenes

Le recomendamos que hable con su médico o proveedor de atención médica sobre la vacuna contra la gripe para usted y su familia. Le recomendamos que se vacune antes de que la gripe comience a propagarse en nuestras comunidades.

Sinceramente,

Dr. Irina Gelman, DPM, MPH, PhDc
Commissioner of Health

Stephanie L. Zeszutek, DO, FACOG, RPh
President
Orange County Medical Society