

Pandemic H1N1 Flu (Swine Flu) for Parents: What You Should Know

What is Pandemic H1N1 flu (formerly known as swine flu)?

Pandemic H1N1 flu is a respiratory infection caused by a new flu virus responsible for outbreaks in many parts of the world. It has led to many hospitalizations and some deaths in parts of the United States.

Is Pandemic H1N1 flu the same as the seasonal flu?

No. Every year, different strains of flu viruses spread in our communities and cause the seasonal flu. The Pandemic H1N1 flu is caused by a new strain of flu virus that first appeared in the United States in the spring of 2009. Both the Pandemic H1N1 and seasonal flu can be serious.

How is Pandemic H1N1 flu spread?

Flu viruses are usually spread from person-to-person through droplets from a sick person's cough or sneeze. However, your child can also become infected with the flu by touching their eyes, nose, or mouth after touching a surface such as a table, faucet or doorknob that has been contaminated by the flu virus.

How serious is Pandemic H1N1 flu for children?

Most children will recover from the Pandemic H1N1 flu without treatment. However, just like the seasonal flu, Pandemic H1N1 flu can lead to serious health problems for children, especially those at high risk for flu complications. The risk of complications is highest for children under 5 (and especially under 2) and children with underlying health conditions such as asthma, lung disease, heart disease, diabetes, kidney disease, and neurological and neuromuscular disorders. If your child is at high risk and develops flu-like symptoms, contact their healthcare provider immediately.

What are children's symptoms of Pandemic H1N1 flu?

Many of the symptoms of Pandemic H1N1 flu are the same as the symptoms of the seasonal flu. These include fever, dry cough, sore throat, stuffy nose, body aches, headache, and tiredness. Pandemic H1N1 flu can cause diarrhea, vomiting and more serious complications. Some children will not have a fever.

When should I seek emergency medical care for my child?

You should seek emergency medical care for your child if he/she has any of the following:

- fast breathing or trouble breathing
- bluish or gray skin color
- not drinking enough fluids
- severe or repeated vomiting
- not urinating or crying with no tears
- not waking up or not interacting
- not wanting to be held
- flu-like symptoms get better but then come back with fever and worse cough
- pain or pressure in the chest or stomach

How is Pandemic H1N1 flu treated in children?

Like with seasonal flu, lots of fluids and plenty of rest away from work or school are recommended. Give your child plenty of clear fluids (like water, chicken broth, sports drinks, and electrolyte drinks like Pedialyte®) to prevent dehydration. You may give your child acetaminophen (Tylenol®), ibuprofen (Motrin®, Advil®), or naproxen (Aleve®) – **NOT aspirin (acetylsalicylic acid)**. For more serious cases of the flu, your child's healthcare provider may prescribe an antiviral medication. This can make the illness milder, make symptoms last a shorter period of time, and prevent serious complications.

[> more](#)

Child's Age	Dos	Don'ts
5 to 18 years old	DO give your child acetaminophen (Tylenol®), ibuprofen (Advil®, Motrin®), or naproxen (Aleve®) for fever and body aches. They do not contain aspirin. Always check ingredient labels on cold and flu medications to see if they contain aspirin.	DON'T give children aspirin or products containing aspirin (like Pepto-Bismol®). These can cause a rare but serious illness called Reye's syndrome.
4 years old and younger	DO ask your doctor before using over-the-counter medications (Children's Tylenol®, Children's Motrin®). Follow your child's healthcare provider's instructions exactly to make sure you're giving the right amounts.	DON'T give children aspirin or products containing aspirin. DON'T give children cough and cold drugs containing antihistamines.
2 years old and younger	DO use a cool-mist humidifier and a suction bulb to help clear away mucus. DO follow your child's health care provider's instructions for caring for your young child.	DON'T give children aspirin or products containing aspirin. DON'T give cough and cold drugs to children 2 years old or younger.

Should my child get vaccinated against Pandemic H1N1 flu?

Yes, getting vaccinated is the best way to prevent this flu. The vaccine for Pandemic H1N1 flu is made just like the seasonal flu vaccine that is recommended each year. Just like seasonal flu vaccines, Pandemic H1N1 vaccines are safe and effective. They will be first available to:

- Pregnant women
- People living with or caring for infants under 6 months of age
- Emergency medical services personnel and health care workers
- Children and young adults from 6 months through 24 years
- People aged 25 through 64 years with chronic medical conditions like heart or lung disease, asthma, diabetes, or weakened immune systems

The H1N1 vaccine will be available in two forms- nasal spray and shot (injectable). Talk to your health care provider to see which form of vaccine is right for your child.

What else can I do to protect my family from Pandemic H1N1 flu?

Simple, everyday tips can help protect you and your family from the flu.

- Cover your nose and mouth with a tissue or your sleeve when you cough or sneeze.
- Wash your hands often with soap and water and/or use gel sanitizers.
- Avoid touching your eyes, nose, or mouth since germs spread that way.
- Avoid close contact with sick people. If you've been in close contact with someone with H1N1 flu, ask your healthcare provider whether you need treatment to reduce your chances of getting the flu.
- If you're sick, stay home for at least 24 hours after your fever ends.

For More Information

Centers for Disease Control and Prevention (CDC)

(800) CDC-INFO or (800) 232-4636

www.cdc.gov/h1n1flu/

California Department of Public Health

(888) 865-0564

www.cdph.ca.gov

Los Angeles County Department of Public Health

<http://publichealth.lacounty.gov/H1N1>

Health Care Services: Dial 2-1-1

DPH Update Listserv: Email Listserv@listserv.ph.lacounty.gov

and include "Subscribe DPHUPDATE first name last name" in the subject line and body

10/25/2009



Gripe pandémica H1N1 (gripe porcina): Lo que deben saber los padres

¿Qué es la gripe pandémica H1N1 (conocida inicialmente como gripe porcina)?

La gripe pandémica H1N1 es una infección respiratoria causada por un nuevo virus de la gripe responsable de brotes en distintas partes del mundo. Este mismo virus provocó muchas hospitalizaciones y algunas muertes en distintas regiones de los Estados Unidos.

¿La gripe pandémica H1N1 es igual a la gripe estacional?

No. Todos los años, diferentes cepas del virus de la gripe se propagan en nuestras comunidades y causan la gripe estacional. La gripe pandémica H1N1 es causada por una nueva cepa del virus de la gripe que apareció por primera vez en los Estados Unidos en la primavera del 2009. Tanto la gripe pandémica H1N1 como la gripe estacional pueden constituir un problema de salud grave.

¿Cómo se contagia la gripe pandémica H1N1?

Los virus de la gripe se contagian usualmente de persona a persona a través de pequeñas gotas proyectadas por la tos o los estornudos de una persona enferma. Sin embargo, su hijo puede contagiarse de gripe si se toca los ojos, la nariz o la boca, luego de tocar una superficie, como por ejemplo una mesa, una canilla o la perilla de una puerta contaminados con el virus de la gripe.

¿Qué tan seria es la gripe pandémica H1N1 para los niños?

La mayoría de los niños se recuperarán de la gripe pandémica H1N1 sin recibir tratamiento. Sin embargo, al igual que en la gripe estacional, la gripe pandémica H1N1 puede causar serios problemas de salud a los niños, especialmente a aquellos considerados de alto riesgo, que son especialmente sensibles a las complicaciones de la gripe. El riesgo de complicaciones es más alto en los niños menores de 5 años (y especialmente entre aquellos menores de 2 años) y en aquellos niños con problemas de salud preexistentes, tales como asma, enfermedades pulmonares, enfermedades cardíacas, diabetes, enfermedades del riñón, y aquellos con problemas neurológicos o neuromusculares. Si su hijo se encuentra dentro del grupo de alto riesgo y presenta síntomas similares a los de la gripe, comuníquese de inmediato con el profesional de la salud que lo atiende en forma habitual.

¿Cuáles son los síntomas de la gripe pandémica H1N1 en los niños?

Muchos de los síntomas de la gripe pandémica H1N1 son iguales a los de la gripe estacional. Se incluyen fiebre, tos seca, garganta irritada, congestión nasal, dolores corporales, dolor de cabeza y cansancio. La gripe pandémica H1N1 puede causar diarrea, vómitos y complicaciones más graves. Algunos niños no tendrán fiebre.

¿Cuándo debo solicitar asistencia médica de emergencia para mi hijo?

Usted debe solicitar asistencia médica de emergencia para su hijo si él o ella presentan algunos de los siguientes síntomas:

- respiración agitada o problemas al respirar
- color de la piel azulado o gris
- no bebe suficiente líquido
- vómitos violentos o repetidos
- no orina o llora sin lágrimas
- no se levanta ni interactúa
- no desea que lo tengan en brazos
- mejoran los síntomas de la gripe pero luego vuelven con fiebre y tos más fuerte
- dolor o presión en el pecho o el estómago

¿Cómo se trata la gripe pandémica H1N1 en los niños?

Del mismo modo que en el caso de la gripe estacional, se recomienda beber mucho líquido y descansar mucho, sin concurrir al trabajo ni a la escuela. Déle a su niño gran cantidad de líquidos claros (como agua, caldo de pollo, bebidas deportivas y bebidas electrolíticas como Pedialyte®) para prevenir la deshidratación. Puede darle a su hijo paracetamol (acetaminofeno) (Tylenol®), ibuprofeno (Motrin®, Advil®) o naproxeno (Aleve®) – **NO le dé aspirina (ácido acetilsalicílico)**. Para los casos más graves de gripe, el profesional de la salud que atiende a su hijo podrá recetarle una medicación antiviral. Podrá hacer que la enfermedad sea más leve y que los síntomas duren menos tiempo, además de prevenir complicaciones más serias.

Edad del niño	Debe	No debe
Entre 5 y 18 años	DARLE a su hijo paracetamol (acetaminofeno) (Tylenol®), ibuprofeno (Advil®, Motrin®) o naproxeno (Aleve®) para la fiebre y los dolores corporales. Estos medicamentos no contienen aspirina. Controle siempre los componentes que se detallan en la etiqueta de los medicamentos para el resfrío y la gripe para verificar si contienen aspirina.	NO LE DÉ a los niños aspirina o productos que contengan aspirina (como Pepto-Bismol®). Pueden causar una enfermedad rara pero grave denominada el síndrome de Reye.
4 años y menores	PREGUNTAR a su doctor antes de utilizar medicamentos sin receta (Tylenol® para niños, Motrin® para niños). Siga al pie de la letra las instrucciones del profesional de la salud que atiende a su hijo, para asegurarse de que le está suministrando las dosis correctas.	NO LE DÉ a sus hijos aspirina o productos que contengan aspirina. NO LE DÉ a sus hijos medicamentos para la tos o el resfrío que contengan antihistamínicos.
2 años y menores	UTILIZAR un humidificador de niebla fría y una pera de succión para extraer la mucosidad. SIGA las instrucciones del profesional de la salud que atiende a su hijo relacionadas con la atención de su bebé.	NO le dé a sus hijos aspirina o productos que contengan aspirina. NO le de medicamentos para la tos o el resfrío a niños de 2 años de edad o menores.

¿Debo vacunar a mi hijo contra la gripe pandémica H1N1?

Sí, vacunarse es la mejor manera de prevenir esta enfermedad. La vacuna para la gripe pandémica H1N1 se fabrica del mismo modo que la vacuna contra la gripe estacional que se recomienda todos los años. Como las vacunas contra la gripe estacional, las vacunas contra la gripe pandémica H1N1 son seguras y eficientes. Estarán disponibles primero para:

- Mujeres embarazadas.
- Personas que vivan con o que tengan a su cuidado bebés de menos de 6 meses de edad.
- Personal de servicios médicos de emergencia y trabajadores de la salud.
- Niños y adultos jóvenes desde los 6 meses hasta los 24 años de edad.
- Personas desde los 25 hasta los 64 años con problemas de salud crónicos, tales como enfermedades cardíacas o pulmonares, asma, diabetes, o con sistemas inmunológicos debilitados.

La vacuna H1N1 estará disponible en dos presentaciones: como spray nasal o inyectable. Consulte con el profesional de la salud acerca de cuál es la más apropiada para su hijo.

¿Qué otra cosa puedo hacer para proteger a mi familia de la gripe pandémica H1N1?

Puede tomar precauciones simples y cotidianas que pueden protegerlo a usted y a su familia de la gripe.

- Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo o con el brazo al toser o estornudar.
- Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua o con gel desinfectante.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca ya que los gérmenes se diseminan de esa manera.
- Evite el contacto cercano con personas enfermas. Si estuvo en contacto cercano con alguna persona con diagnóstico de gripe pandémica H1N1, consulte con el profesional de la salud que lo atiende si necesita tratamiento para reducir la posibilidad de contagiarse la gripe.
- Si se siente enfermo, permanezca en su casa al menos por 24 horas, hasta que no tenga más fiebre.

Para más información

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)

(800) CDC-INFO ó (800) 232-4636
www.cdc.gov/h1n1flu/

Departamento de Salud Pública de California

(888) 865-0564
www.cdph.ca.gov

Departamento de Salud Pública del Condado de Los Angeles (DPH)

<http://publichealth.lacounty.gov/H1N1>

Servicios para el Cuidado de la Salud: Marque 2-1-1

Listserv de actualización del DPH: Email

Listserv@listserv.ph.lacounty.gov e incluya "Subscriba DPHUPDATE nombre y apellido" en la línea del asunto y en el cuerpo del mensaje.

25/10/2009

