

What You Need to Know About the Flu.

This fall, many parents are concerned about influenza (the flu). Texas Children's Hospital wants you to know the facts.

There are two types of flu, seasonal and H1N1, that are circulating in our community. Both illnesses have similar symptoms as both are respiratory viruses. Symptoms can include:

- High fever
- Headache
- Tiredness
- Cough
- Sore throat
- Runny or stuffy nose
- Body aches
- Diarrhea
- Vomiting

A child with **mild flu-like symptoms** should be kept at home resting, away from others, and should not visit the emergency room. Treatment can include fever-reducing medication (like Tylenol®), bed rest and clear fluids.

If your child has more **acute flu-like symptoms**, is at high risk of flu complications, or you are especially concerned about your child's illness, please call your family's physician or primary care provider for advice on treatment before taking your child to the Emergency Center. Children more likely to experience flu complications include:

- Children younger than 5, but especially children younger than 2
- Children who have chronic illnesses (like cancer, asthma or heart disease)
- Children with weakened immune systems

There are some symptoms that signal an immediate need for medical attention. In children, these **emergency warning signs** include:

- Fast breathing or trouble breathing
- Bluish skin color
- Not drinking enough fluids
- Not waking up or not interacting
- Being so irritable that the child does not want to be held
- Flu-like symptoms improve but then return with fever and worse cough
- Fever with a rash

Remember, protect yourself and your family by washing your hands, covering your cough and getting vaccinated against the seasonal flu.

To learn more, visit www.flu.texaschildrens.org.



Texas Children's Hospital®

Lo que usted necesita saber sobre la influenza (gripe).

Este otoño, muchos padres se encuentran preocupados por la influenza (la gripe). Texas Children's Hospital quiere que usted conozca los hechos.

Hay dos tipos de influenza circulando por nuestra comunidad, la influenza de temporada y la H1N1. Ambas enfermedades tienen síntomas similares, ya que ambos son virus respiratorios. Los síntomas pueden incluir:

- Fiebre alta
- Dolor de cabeza
- Cansancio
- Tos
- Dolor de garganta
- Catarro o congestión nasal
- Dolores musculares
- Diarrea
- Vómito

Un niño con **síntomas leves de influenza** deberá quedarse en casa descansando, alejado de los demás, y no debe acudir a la sala de urgencias. El tratamiento puede incluir medicamento para bajar la fiebre (como Tylenol®), descanso en cama y líquidos transparentes.

Si su niño presenta **síntomas más agudos tipo influenza**, si tiene un riesgo alto de sufrir complicaciones por la influenza, o si usted está particularmente preocupado por la enfermedad de su niño(a), por favor llame a su médico de cabecera y pida su consejo antes de llevar a su niño(a) al Centro de Urgencias. Los niños que tienen más probabilidades de presentar complicaciones por la influenza incluyen:

- Niños menores de 5 años, y en especial los niños menores de 2 años de edad
- Niños con enfermedades crónicas (como cáncer, asma o problemas del corazón)
- Niños cuyo sistema inmunológico se encuentra débil

Ciertos síntomas indican una necesidad inmediata de atención médica. En los niños, estas **señales de alerta de emergencia** incluyen:

- Respiración acelerada o dificultad para respirar
- Piel con tono azulado
- El niño no está bebiendo lo suficiente
- No puede despertarlo o no está interactuando con usted
- Está tan irritable que no quiere ni que lo sostenga en sus brazos
- Si los síntomas de influenza mejoran, pero regresan con una tos peor y fiebre
- Fiebre y ronchas o sarpullido

Recuerde, protéjase usted y proteja a su familia lavándose las manos, cubriendo su tos y vacunándose contra la influenza de temporada.

Para mayor información visite: www.gripe.texaschildrens.org



Texas Children's Hospital®