

## Flu Management

Seasonal flu is an acute respiratory infection caused by influenza viruses. For most healthy people, the flu will resolve on its own. Symptoms usually appear from 4-1 days after exposure to the virus, and they last for 7-5 days. In majority, only symptomatic treatment is required. Flu is contagious, precursory measures should be followed to limit its spread. Vaccination aids the immunity development. Due to the constant changing of circulating influenza viruses, influenza vaccines strains are changed annually to closely match currently circulating virus strains. Vaccination is especially important for people at high risk of influenza complications, and for people who live with or care for the people at high risk.

### In the Era of Coronavirus Disease in 2019 (COVID - 19)

Flu and COVID-19 are both contagious respiratory illnesses, but they are caused by different viruses. While the flu vaccine is not effective against COVID-19 virus, following precursory measures can help protect you and others from respiratory viruses. The annual flu vaccine is the best way to prevent flu illness for anyone aged 6 months and older.

## علاج الانفلونزا

الأنفلونزا الموسمية هي عدوى تنفسية حادة يسببها فيروس الأنفلونزا . لدى معظم الأشخاص الأصحاء ، ستندمل أعراض الأنفلونزا من تلقاء نفسها. تظهر الأعراض عادة من يوم إلى أربعة أيام بعد التعرض للفيروس ، وتستمر لمدة خمس إلى سبع أيام . في معظم الحالات يقتصر العلاج على تخفيف الأعراض . الأنفلونزا من الأمراض المعدية و يجب اتباع الإجراءات الاحترازية للحد من انتشارها . التطعيم يساعد في تطوير المناعة ضد الفيروسات . بسبب التغيير المستمر في فيروسات الإنفلونزا المنتشرة ، يتم تغيير سلالة لقاحات الإنفلونزا سنويًا لتناسب بشكل أكبر مع سلالة الفيروس المنتشر في الوقت الراهن . يعد التطعيم مهم بشكل خاص للأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بمضاعفات الإنفلونزا ، وللأشخاص الذين يعيشون أو يعتنون بالأشخاص ذوي الحالات الطبية الحرجة.

### في عصر مرض فيروس كورونا ٢٠١٩

تعد الإنفلونزا و فيروس كورونا من الأمراض المعدية التي تصيب الجهاز التنفسي ، لكن ما يسببهما فيروسات مختلفة . على الرغم من أن لقاح الإنفلونزا غير فعال ضد فيروس كورونا ، إلا أن اتباع الإجراءات الاحترازية يمكن أن يساعد في حمايتك وحماية الآخرين من فيروسات الجهاز التنفسي . لقاح الإنفلونزا السنوي هو أفضل طريقة للوقاية من مرض الأنفلونزا لأي شخص يبلغ من العمر ٦ أشهر أو أكثر .

