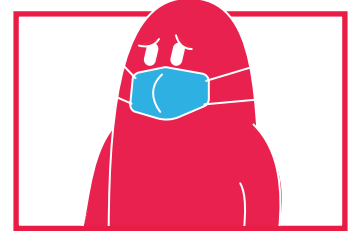


# Top Five reasons you **NEED** a flu shot in 2021

1

## **No one wants the COVID/Flu Double Whammy.**

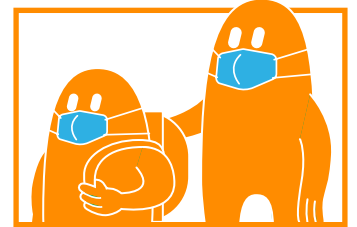
Flu is a respiratory illness like COVID-19. Having either the flu or COVID-19 can make you more susceptible to the other virus, and studies show that if you have both, you get sicker. A flu vaccine can help prevent that.



2

## **Your job protects the people around you.**

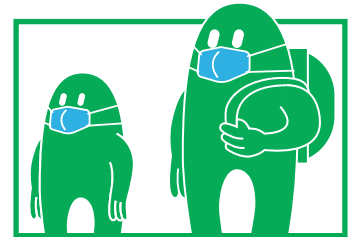
Even if you get the flu and feel perfectly healthy or only mildly sick, you might pass the flu on to someone who is at risk of more severe illness (like your 80-year old grandmother or your 10-month old nephew).



3

## **Kids who are too young for a COVID vaccine really need a flu shot.**

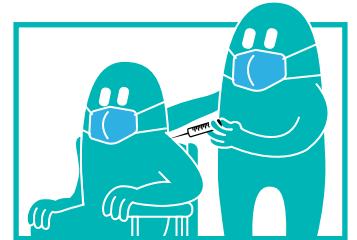
Kids are more likely to get the flu and to get very sick from the flu. This year, the flu shot is especially important for kids under 12 who are not yet eligible for COVID vaccines and have a greater risk of severe illness if they are infected with both viruses.



4

## **The flu shot helps keep hospital beds free.**

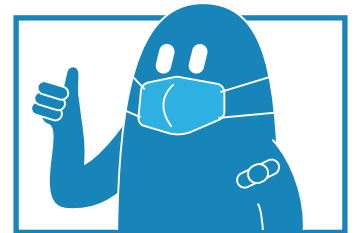
Every year, thousands of people are hospitalized with flu-related illness, but this year, hospital beds are unusually scarce due to COVID-19. Getting a flu shot can help keep hospital beds free for patients who need them.



5

## **The flu shot works (despite what you may have heard).**

The flu vaccine is about 40-60% effective against infection. This means that roughly half of all people who get the flu shot will not get the flu if they are exposed, and those who do are much less likely to need medical care or hospitalization.



## **Ready to get your flu shot?**

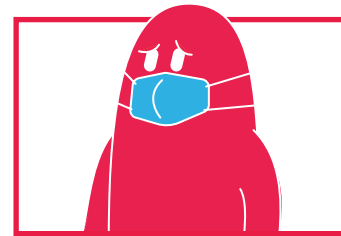
The best time to get your flu shot is by the end of October (but you should still get it later if October slips by!). Flu shots are available at pharmacies everywhere, but you can also come get a flu shot (and a COVID vaccine if you want one!) every Thursday from 1-4 pm at RHHD's Community Health Hub at 400 East Cary Street in Richmond.

# Las Cinco Principales Razones por las que **NECESITAS** la vacuna contra la gripe en el 2021

1

## Nadie quiere el doble golpe de COVID-19 y Gripe.

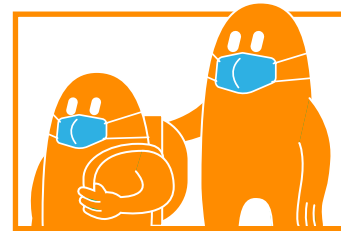
La gripe es una enfermedad respiratoria como el COVID-19. Tener la gripe o el COVID-19 te hace más susceptible a otros virus y los estudios demuestran que si tienes las dos enfermedades te pondrás aún más enfermo. La vacuna contra gripe te puede ayudar a prevenirlo.



2

## Tu inyección protege a los que te rodean.

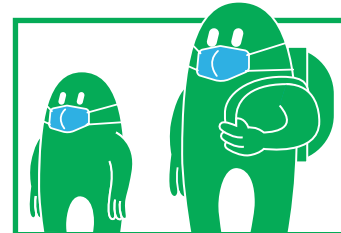
Incluso aunque contraigas la gripe y te sientas bastante bien o levemente enfermo, podrías contagiar la gripe a otras personas con riesgo de padecer una enfermedad más grave (por ejemplo, tu abuela de 80 años o tu sobrino de 10 meses).



3

## Los niños que son demasiado pequeños para recibir la vacuna contra el COVID-19 necesitan la vacuna contra la gripe.

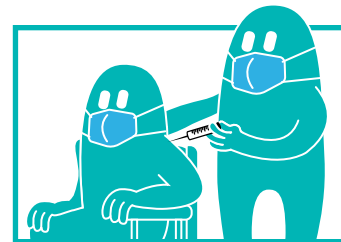
Los niños son más vulnerables a contraer la gripe y pueden ponerse muy enfermos por su causa. Este año la vacuna contra la gripe es especialmente importante para los niños menores de 12 años que aún no pueden recibir la vacuna contra el COVID-19 y corren un mayor riesgo de enfermarse gravemente si se infectan de ambos virus.



4

## La vacuna contra la gripe ayuda a tener camas libres en los hospitales.

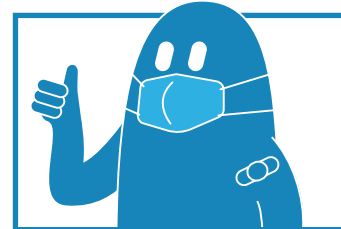
Todos los años, miles de personas son hospitalizadas con enfermedades relacionadas con la gripe, pero este año las camas de los hospitales son extraordinariamente escasas debido al COVID-19. Vacunarse contra la gripe puede ayudar a mantener las camas de los hospitales libres para aquellos pacientes que las necesiten.



5

## La vacuna contra la gripe funciona (a pesar de lo que hayas podido escuchar).

La vacuna contra la gripe es efectiva contra la infección en un 40-60%. Esto significa que aproximadamente la mitad de las personas que se vacunan contra la gripe no se contagiarán si se exponen a ella y aquellos que la contraigan tienen muchas posibilidades de no necesitar hospitalización o asistencia médica.



## ¿Preparado para recibir la vacuna contra la gripe?

El mejor momento para vacunarse contra la gripe es a finales de octubre, pero en caso que octubre pasara, aún deberías ponértela. Las vacunas contra la gripe están disponibles en las farmacias, pero también puedes recibirla - junto con la vacuna contra el COVID-19 si quieres! - cada jueves entre la 1 y las 4 de la tarde en el Centro de Salud Comunitario de RHHD situado en el 400 East Cary Street en Richmond.