Stiúrthóir um Náisiúnta Chosaint Sláinte Poiblí
FSS An Oifig Náisiúnta um Chosaint Sláinte
25 - 27 Sráid Ghairdinéir,
Baile Átha Cliath,
D01 A4A3,
Éire

Director of National Health Protection, Public Health
HSE National Health Protection Office
25-27 Middle Gardiner Street
Dublin 1
D01 A4A3
Ireland

Cosain tú féin agus daoine eile an séasúr fliú seo

1. Foláireamh maidir le Fliú an Gheimhridh

- **Tá rátaí fliú ag ardú. Táimid ag súil le leibhéil an-ard thar thréimhse na Nol-lag/ na hAthbhliana.**
- Méadaíonn sé seo an baol breoiteachta agus deacrachtaí, go háirithe do leanaí agus do dhaoine fásta leochaileacha.
- Le deich mbliana anuas, cuireadh thart ar 5,000 leanbh san ospidéal mar gheall ar aimhréidheanna ionfhabhtaithe fliú. Astu seo, bhí cúram de dhíth ar thart ar 200 in aonad dianchúraim (ICU). Faraor fuair 40 páiste bás.
- Ach tá vacsaín éifeachtach againn a d'fhéadfadh aimhréidheanna tromchúiseacha ionfhabhtaithe a chosc.

2. Moltar do leanaí an vacsaín fliú a fháil. Bileog i mBéarla | Gaeilge

- Moltar go láidir **vacsaín fliú sprae sróine** do gach leanbh idir **2 agus 17 mbliana** d'aois agus tá sé ar fáil ó FSS **saor in aisce**.
- Cuidíonn vacsaíniú le leanaí a chosaint ar an bhfliú agus ar a aimhréidheanna, agus laghdaíonn sé tarchur i scoileanna agus i bpobail.
- Tá vacsaíní ar fáil trí **fhoirne vacsaínithe scoilbhunaithe FSS, Dochtúirí Teaghlaigh agus cógaslanna pobail**.

3. Sláinteachas agus treoir fanacht sa bhaile

- Soláthraíonn leathanach gréasáin nua FSS comhairle shoiléir maidir le fios a bheith agat an bhfuil do leanbh ag aireachtáil maith go leor le dul ar scoil nó an áit a bhfaigheann siad cúram leanaí.
- **I measc na bpríomhbheart sláinteachais** tá:
    - *Lámha a ní go rialta.*
    - *Casacht agus sraothartach a chlúdach.*
    - *Fanacht sa bhaile má tá siomptóim fliú ort.*