

HEALTH ALERT NOTICE HUMAN SWINE INFLUENZA

Public Health Agency of Canada Message for International
Travellers Departing from Canada to Mexico

**DURING YOUR TIME IN MEXICO, YOU MAY TRAVEL THROUGH AN
AREA AFFECTED BY HUMAN SWINE INFLUENZA.**

What is Human Swine Influenza?

- Human swine influenza (sometimes called swine flu) is an influenza virus that usually affects pigs, but which may also make people sick
- Human swine influenza is a respiratory illness that causes symptoms similar to those of seasonal flu (fever, fatigue, lack of appetite, coughing and sore throat)

Not all travellers with influenza symptoms will have human swine influenza, however it is important to ensure that if you do experience these symptoms you follow the recommendations described below.

Monitor your health while you are travelling and avoid contact with sick people.

If you develop **a fever and a cough** while travelling:

- Seek medical attention immediately
- Inform a health care provider of your symptoms
- Avoid direct contact with others if possible, unless directed to seek medical care

Protect yourself and others

- Wash your hands often – for at least 15 seconds – in warm soapy water or use alcohol based hand gel
- If you cough or sneeze, cover your mouth and your nose with your arm
- Keep common surfaces and items clean and disinfected

KNOWLEDGE IS YOUR BEST DEFENCE

For more up-to-date "Health Alerts" and for more information visit

www.fightflu.ca



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Canada



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada

Canada

AVIS D'ALERTE SANTÉ GRIPPE PORCINE CHEZ L'ÊTRE HUMAIN

Message de l'Agence de la santé publique du Canada pour tous
les voyageurs qui quittent le Canada à destination du Mexique

**PENDANT VOTRE SÉJOUR AU MEXIQUE, IL EST POSSIBLE QUE VOUS
VOYAGIEZ À TRAVERS UNE RÉGION AFFECTÉE PAR LA GRIPPE PORCINE
CHEZ L'ÊTRE HUMAIN.**

Qu'est-ce que la grippe porcine chez l'être humain?

- Cette grippe est un virus qui affecte habituellement les cochons mais qui peut aussi infecter les personnes
- La grippe porcine chez l'être humain est une maladie respiratoire qui se manifeste par des symptômes semblables à ceux de la grippe saisonnière (fièvre, fatigue, manque d'appétit, toux et maux de gorge)

Les voyageurs qui présentent des symptômes de grippe ne sont pas obligatoirement tous atteints de la grippe porcine, cependant, si vous souffrez de ces symptômes, il est important que vous suiviez les recommandations ci-dessous.

Surveillez votre état de santé au cours de votre voyage et évitez d'entrer en contact avec des gens malades.

Si vous commencez à faire **de la fièvre et à tousser** pendant votre voyage :

- Consultez immédiatement un professionnel de la santé
- Informez un professionnel de la santé de vos symptômes
- Évitez tout contact direct avec d'autres personnes, sauf pour recevoir des soins médicaux

Protégez-vous et protégez les vôtres

- Lavez-vous souvent les mains – durant au moins 15 secondes – au savon et à l'eau chaude, ou utilisez un gel pour les mains à base d'alcool
- Si vous toussiez ou éternuez, couvrez-vous la bouche et le nez avec le bras
- Gardez les surfaces et les objets d'usage commun propres et désinfectés

S'INFORMER, C'EST SE PROTÉGER

Pour des mise à jour « d'Alerte santé » et pour plus de renseignements, visitez

www.combattezlagrippe.ca

April 26, 2009

le 26 avril 2009