



What is Avian Flu (H5N1)?

H5N1 is a virus that can cause a disease known as avian influenza or “bird flu.” Although it is rare, people can get sick with bird flu when they come into contact with infected birds or animals, their body fluids, feces, or their environments.

How Farm Workers Can Protect Themselves:

- 1 Wear protective clothing when working with sick or dead animals, feces, or milk.



- 2 Wash your hands throughout the day and before eating, drinking, or smoking.



- 3 Raw milk and raw milk products may contain harmful bacteria or viruses, including H5N1 virus, and consuming raw milk is a risk for infection. Pasteurization kills these germs.



Symptoms of Avian Flu in Humans Can Include:

- Headaches
- Eye redness, tearing, or irritation
- Trouble breathing
- Sneezing
- Fatigue
- Runny or stuffy nose
- Cough
- Nausea
- Fever
- Muscle or body aches
- Sore throat
- Vomiting
- Diarrhea
- Seizures
- Rash

What To Do If You Are Exposed Or Feel Sick

- If you were in contact with birds or animals infected with H5N1 virus or their environments, you should monitor yourself for symptoms during contact and for 10 days after you stopped contact.
- If you start to feel sick and have symptoms of bird flu, you should isolate away from other people and immediately contact your local health department. Visit ualhd.org to find the contact information for your local health department.



¿Qué es la gripe aviar (H5N1)?

El H5N1 es un virus que puede causar una enfermedad conocida como influenza aviario "gripe aviar". Aunque es poco común, las personas pueden enfermarse de gripe aviar cuando entran en contacto con aves o animales infectados, sus fluidos corporales, heces o sus entornos.

Cómo pueden protegerse los trabajadores agrícolas:

- 1 Usar ropa de protección al trabajar con animales enfermos o muertos, heces o leche.



- 2 Lávese las manos varias veces al día y antes de comer, beber o fumar.



- 3 La leche cruda y los productos lácteos crudos pueden contener bacterias o virus dañinos, incluido el virus H5N1, y consumir leche cruda representa un riesgo de infección. La pasteurización elimina estos gérmenes.



Los síntomas de la gripe aviar incluyen:

- Dolor de cabeza
- Enrojecimiento o irritación de los ojos
- Dificultad para respirar
- Estornudos
- Fatiga
- Congestión o goteo nasal
- Tos
- Náuseas
- Fiebre
- Dolor de garganta
- Dolor de cuerpo o muscular
- Convulsiones
- Estornudos
- Diarrea
- Erupción

Qué hacer si estuvo expuesto al virus o se siente mal:

- Si estuvo en contacto con aves o animales infectados con el virus H5N1 o sus entornos, debe controlar los síntomas durante el contacto y 10 días después de haber detenido el contacto.
- Si comienza a sentirse enfermo y presenta síntomas de gripe aviar, debe aislarse de otras personas de inmediato y comunicarse enseguida con el departamento de salud local. Puedes visitar uadlh.org para solicitar la información de contacto de su departamento de salud local.