

# Flu Vaccine Resources

## Influenza (Flu) Basics

The flu is a contagious respiratory illness caused by influenza viruses that infect the nose, throat, and lungs. It can cause mild to severe illness, and at times can lead to hospitalization and sometimes even death. Symptoms can include fever, chills, coughing, sore throat, runny or stuffy nose, headaches, body aches, chills, fatigue, vomiting and diarrhea.

While flu can make anyone sick, certain people are at greater risk for serious complications from the flu. This includes older people, young children, pregnant women, severely obese persons and people with chronic lung disease (such as asthma and COPD), diabetes, heart disease, neurologic conditions, and certain other long-term health conditions.

## Protect Yourself and Your Loved Ones: Get Vaccinated

The CDC recommends that all people 6 months of age and older get a flu vaccine every flu season. While everyone should get a flu vaccine each flu season, getting vaccinated is particularly important for people at high risk of serious flu-related complications and close contacts of people at high-risk.

Flu vaccines: are shots that contain inactivated vaccines (containing killed virus). The vaccine cannot cause the flu. The flu vaccine is used to prevent flu illness, not to treat it. It takes two weeks after vaccination for your body to build immunity for protection against the flu.

Yearly flu vaccination should begin as soon as vaccine is available, and continue throughout the flu season which can last as late as May.

## Where do I get vaccinated?

To get a flu vaccine check with your regular health care provider. Even if you don't have a regular health care provider, you can get a flu vaccine from one of these other locations:

### Santa Barbara County Health Care Centers / Community Clinics / Hospitals

Community Health Centers of the Central Coast - [www.chccc.org](http://www.chccc.org) - 1-866-614-4636

Cottage Health Systems Flu Hotline – [www.sbch.org](http://www.sbch.org) - 1-855-247-9355

Marian Community Clinics—Santa Maria – 1-805-964-1003

Sansum Clinics Flu Hotline - [www.sansumclinic.org](http://www.sansumclinic.org) - 1-800-472-6786

Santa Barbara County Health Care Centers (HCC) – [www.sbcpd.org/iz](http://www.sbcpd.org/iz)

Carpinteria HCC 805-560-1050 / Franklin HCC 805-568-2099 / Lompoc HCC 805-737-6400

Santa Maria HCC 805-346-7230

Santa Barbara Neighborhood Clinics – [www.sbcclinics.org](http://www.sbcclinics.org) - Eastside 805-963-1641 / Isla Vista 805-968-1511

Westside 805-963-1546 / Goleta 805-617-7878

### Free Drive-Up Community Based Flu Clinics

October 6th and 7th, 2pm to 6pm: Lompoc High School, 515 West College, Lompoc

October 8th and 9th, 2pm to 6pm: San Marcos High School, 4750 Hollister Ave., Santa Barbara

October 13th and 15th, 10am to 1pm: Allan Hancock College Parking Lot, 800 S. College Dr., Santa Maria

### Other Resources

Several pharmacy and store chains are offering flu vaccine. For more information visit [www.vaccinefinder.org](http://www.vaccinefinder.org) or one of the sites below:

Albertsons Savon Pharmacy – [www.albertsons.com](http://www.albertsons.com)

Costco - [www.costco.com](http://www.costco.com)

CVS - [www.cvs.com/flu](http://www.cvs.com/flu)

Rite Aid - [www.riteaid.com](http://www.riteaid.com)

Target - [www.target.com](http://www.target.com)

Vons - [www.vons.com/ifl/grocery/Flu-Shots](http://www.vons.com/ifl/grocery/Flu-Shots)

Walgreens - [www.walgreens.com](http://www.walgreens.com)

Wal-Mart - [www.walmart.com/flu](http://www.walmart.com/flu)

Flu shots are covered by most health insurance plans; it is a covered benefit under Medicare Part B and those enrolled in Medi-Cal. Please check with your insurance provider for coverage details.

The California Vaccines for Children (VFC) Program provides flu vaccine for eligible children at no cost. Check with your child's provider to see if they participate in the VFC Program.

# Recursos Para La Vacuna contra la Influenza

## Influenza: Información Básica

La influenza es una enfermedad contagiosa causada por el virus de la influenza que infecta la nariz, la garganta y los pulmones. Puede causar una condición leve o grave, y en ocasiones puede causar hospitalización e incluso la muerte. Los síntomas pueden incluir fiebre, escalofríos, tos, dolor de garganta, congestión nasal, dolores de cabeza, fatiga, dolores musculares, vómitos y diarrea.

Todos se pueden enfermar con la influenza, pero ciertas personas corren más riesgo de complicaciones graves causadas por la influenza. Esto incluye las personas mayores, niños pequeños, mujeres embarazadas, obesidad mórbida y enfermedad pulmonar crónica (tales como asma y EPOC), diabetes, enfermedades del corazón, enfermedades neurológicas, y algunas otras condiciones de salud a largo plazo.

## Protéjase y proteja a sus seres queridos: Vacúnese ahora!

El CDC recomienda que todas las personas mayores de 6 meses de edad reciban la vacuna contra la influenza. La vacunación es especialmente importante para las personas con alto riesgo de complicaciones graves de influenza y las que están en contacto directo con ellas.

Hay dos tipos de vacuna contra la influenza: La vacuna desactivada (virus muerto) que se inyecta en el músculo o la vacuna viva atenuada (debilitada), que se aplica como rocío en las fosas nasales. Ninguna de estas vacunas puede causar la influenza. La vacuna contra la influenza es aplicada para prevenir la influenza, no para tratarla. Después de recibir la vacuna tomara hasta 2 semanas para desarrollar protección.

La vacunación anual contra la influenza debe comenzar tan pronto como la vacuna esté disponible, y continuar durante toda la temporada de gripe, que puede durar hasta finales de mayo.

## Donde me puedo vacunar?

Para obtener una vacuna contra la gripe, consulte con su médico. Incluso si usted no tiene un doctor, usted puede obtener una vacuna contra la influenza en una de estas localidades:

### Centros de Salud del Condado de Santa Barbara / Clínicas del la Comunidad / Hospitales

Community Health Centers of the Central Coast - [www.chccc.org](http://www.chccc.org) - 1-866-614-4636

Cottage Health Systems Flu Hotline – [www.sbch.org](http://www.sbch.org) - 1-855-247-9355

Marian Community Clinics – 805-964-1003

Sansum Clinics Flu Hotline - [www.sansumclinic.org](http://www.sansumclinic.org) - Santa Barbara 1-800-472-6786

Santa Barbara County Health Care Centers (HCC) – [www.sbcphd.org/iz](http://www.sbcphd.org/iz)

Carpinteria HCC 560-1050 / Franklin HCC 805-568-2099 / Lompoc HCC 805-737-6400

Santa Maria HCC 805-346-7230

Santa Barbara Neighborhood Clinics – [www.sbclinics.org](http://www.sbclinics.org) - Eastside 805-963-1641 / Isla Vista 805-968-1511  
Westside 805-963-1546 / Goleta 805-617-7878

### Clínicas Comunitarias Gratuitas Para La Vacuna Contra La Gripe

Octubre 6 y 7, 2pm to 6pm: Lompoc High School, 515 West College, Lompoc

Octubre 8 y 9, 2pm to 6pm: San Marcos High School, 4750 Hollister Ave., Santa Barbara

Octubre 13 y 15, 10am to 1pm: Allan Hancock College Parking Lot, 800 S. College Dr., Santa Maria

### Otros recursos

Farmacias y varias tiendas están ofreciendo la vacuna contra la influenza. Para más información visite [www.vaccinefinder.org](http://www.vaccinefinder.org) o uno de los siguientes:

Albertsons Savon Pharmacy – [www.albertsons.com](http://www.albertsons.com)

Costco - [www.costco.com](http://www.costco.com)

CVS - [www.cvs.com/flu](http://www.cvs.com/flu)

Rite Aid - [www.riteaid.com](http://www.riteaid.com)

Target - [www.target.com](http://www.target.com)

Vons - [www.vons.com/ifl/grocery/Flu-Shots](http://www.vons.com/ifl/grocery/Flu-Shots)

Walgreens - [www.walgreens.com](http://www.walgreens.com)

Wal-Mart - [www.walmart.com/flu](http://www.walmart.com/flu)

Vacunas contra la influenza están cubiertas por la mayoría de los seguros médicos, Medi-Cal y por Parte B de Medicare. Por favor, consulte con su seguro médico para obtener más información.

El programa de Vacunas para Niños de California (VFC) proporciona vacunas contra la influenza para los niños elegibles, sin costo alguno. Consulte con el médico de su hijo para ver si participa en el programa VFC.