



WHAT IS MEASLES?

And how can we protect ourselves?

Measles is one of the most contagious viruses in the world.



- When someone with measles coughs or sneezes, the virus stays in the air.
- If one person has measles, most people around them who aren't protected will get it too.
- People can catch measles up to two hours after someone with measles leaves the room.

Measles often starts like a cold, with a fever, cough, and runny nose.

- Then a rash appears on the face and spreads down the body.
- Measles can be serious, especially for babies and young children.



Measles spreads fast, but it can be stopped.

- Vaccination is the best protection for you and your family.
- The measles vaccine, also known as the MMR vaccine is safe and very effective.
- Two doses of measles vaccine provide lifetime protection for most people.



When we get the measles vaccine, we help protect everyone.

Talk to your healthcare provider today about getting vaccinated.



Learn more

Call 360-728-2235

Or go to:

[StopMeasles.org](https://www.stopmeasles.org)



¿QUÉ ES EL SARAMPIÓN?

¿Y cómo nos protegemos?

El sarampión es uno de los virus más contagiosos del mundo.



- Cuando alguien con sarampión tose o estornuda, el virus permanece en el aire.
- Si una persona tiene sarampión, la mayoría de las personas a su alrededor que no estén protegidas también se contagiarán.
- Las personas pueden contagiarse de sarampión hasta dos horas después de que alguien con sarampión haya abandonado el lugar.

El sarampión suele comenzar como un resfriado: fiebre, tos, secreción nasal.

- Luego, aparece un sarpullido co muchos erupciones cutaneos en la cara que se extiende hacia abajo por el cuerpo.
- El sarampión puede ser grave, especialmente para los bebés y los niños pequeños.



El sarampión se contagia rápido, pero sí se puede detener.

- La vacunación ofrece la mejor protección para usted y su familia.
- La vacuna contra el sarampión, también conocida como la vacuna MMR, es segura y muy eficaz.
- Dos dosis de la vacuna contra el sarampión brindan protección de por vida a la mayoría de las personas.



Cuando todos nos vacunamos contra el sarampión, ayudamos a proteger a todos.

Hable hoy con su proveedor de salud sobre cómo vacunarse contra el sarampión.



Más información

Llame al 360-728-2235
o visite:

PararElSarampión.org