

DO YOU HAVE DIARRHEA?

It might be caused by a bacteria called Shigella.

Shigella spreads VERY EASILY from one person to another. Symptoms can include **diarrhea, fever, nausea, and cramping.**

How to Avoid Getting It and Spreading it:

Wash your hands using soap and water for at least 20 seconds, especially after going to the bathroom. If clean water is not available, use hand sanitizer followed by hand washing as soon as you can.



Disinfect safely. Avoid touching contaminated materials and wash your hands after cleaning. Visit [cdc.gov/hygiene](https://www.cdc.gov/hygiene) for disinfecting tips.



Don't bathe or swim in rivers, streams, lakes, or in ocean water that may be contaminated. Wait at least 2 days after it rains to reduce your risk of infection.



Don't prepare food for others while ill with diarrhea.



Avoid having sex (anal, vaginal, and oral) for at least two weeks after you recover.



➤ If you think you might have Shigella, contact your primary care doctor or the Homeless Persons Health Project at 831-454-2080.

LEARN MORE



831-454-4242



santacruzhealth.org/shigella

[f](#) [@](#) [X](#) [v](#) @PublicHealthSCC

¿TIENE DIARREA?

La causa puede ser una bacteria llamada Shigella.

Shigella se transmite MUY FÁCILMENTE de una persona a otra. Los síntomas pueden incluir **diarrea, fiebre, náusea, y calambres.**

Cómo evitar contraerlo y propagarlo:

Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño.

Si no tiene acceso a agua limpia, use un desinfectante para manos y luego lávese las manos en cuanto pueda.



Desinfecte de forma segura. Evite tocar materiales contaminados y lávese las manos después de la limpieza. Visite [cdc.gov/hygiene](https://www.cdc.gov/hygiene) para obtener consejos de desinfección.



No se bañe ni nade en ríos, arroyos, lagos ni en agua de mar que pueda estar contaminada.

Espere al menos 2 días después de que llueva para reducir su riesgo de infección.



No prepare alimentos para otros mientras esté enfermo con diarrea



Evite tener relaciones sexuales (anales, vaginales y orales) durante al menos dos semanas después de recuperarse.



➔ Si cree que podría tener Shigella, consulte a su médico primario o llame al Proyecto de Salud para Personas sin Hogar al 831-454-2080.

MÁS INFO:



santacruzhealth.org/shigella

    @PublicHealthSCC

831-454-4242