

# How Flu Spreads

## Person to Person

People with flu can spread it to others up to about 6 feet away. Most experts think that flu viruses spread mainly by droplets made when people with flu cough, sneeze or talk. These droplets can land in the mouths or noses of people who are nearby or possibly be inhaled into the lungs. Less often, a person might get flu by touching a surface or object that has flu virus on it and then touching their own mouth, nose, or possibly their eyes.

## When Flu Spreads

People with flu are most contagious in the first three to four days after their illness begins. Most healthy adults may be able to infect others beginning 1 day **before** symptoms develop and up to 5 to 7 days **after** becoming sick. Children and some people with weakened immune systems may pass the virus for longer than 7 days.

Symptoms can begin about 2 days (but can range from 1 to 4 days) after the virus enters the body. **That means that you may be able to pass on the flu to someone else before you know you are sick, as well as while you are sick.** Some people can be infected with a flu virus but have no symptoms. During this time, those people may still spread the virus to others.

## Period of Contagiousness

You may be able to pass on flu to someone else before you know you are sick, as well as while you are sick.

- People with flu are most contagious in the first 3-4 days after their illness begins.
- Some otherwise healthy adults may be able to infect others beginning 1 day **before** symptoms develop and up to 5 to 7 days **after** becoming sick.
- Some people, especially young children, and people with weakened immune systems, might be able to infect others with flu viruses for an even longer time.

Page last reviewed: August 27, 2018

Content source: [Centers for Disease Control and Prevention](#)

# 流感如何传播

## 人对人

流感患者可以将其传播给大约6英尺外的其他人。大多数专家认为，流感病毒主要是通过流感患者咳嗽，打喷嚏或说话时产生的飞沫传播的。这些飞沫可以落入附近人的嘴或鼻子，或者可能被吸入肺部。不太常见的是，一个人可以通过触摸带有流感病毒的表面或物体，然后触摸他们的嘴，鼻子或眼睛来感染流感。

## 当流感传播时

流感患者在发病后的前三到四天内传染性最强。大多数健康的成年人可以在症状出现前1天开始感染他人，并在他们生病后5至7天感染他人。儿童和一些免疫系统较弱的人可以传播病毒超过7天。

症状可能在病毒进入体内后约2天（但可能从1到4天不等）开始。这意味着你可能能够在你知道自己生病之前以及生病时将流感传播给其他人。有些人可能感染了流感病毒，但没有症状。在此期间，这些人仍然可以将病毒传播给他人。

## 传染期

在你知道自己生病之前，以及在生病的时候，你可能会把流感传播给别人。

- 流感患者在发病后的前3-4天内传染性最强。
- 一些健康的成年人可以在症状出现前1天和生病后5至7天感染他人。
- 有些人，特别是幼儿和免疫系统较弱的人，可能会用流感病毒感染他人更长时间。

页面最近审阅日期：2017年8月27日

内容来源：美国疾病控制和预防中心

# Como a gripe se espalha

## De pessoa para pessoa

Pessoas com gripe podem espalhá-la para outras até cerca de 1,80 m de distância. A maioria dos especialistas acha que os vírus da gripe são espalhados principalmente por gotículas produzidas quando pessoas com a gripe tosse, espirram ou falam. Essas gotículas podem cair na boca ou nariz de pessoas que estão por perto ou possivelmente são inaladas nos pulmões. Menos comumente, uma pessoa pode pegar a gripe tocando uma superfície ou objeto que tem o vírus da gripe sobre ele e, em seguida, tocando sua boca, nariz ou possivelmente seus olhos.

## Quando a gripe se espalha

Pessoas com gripe são mais contagiosas nos primeiros três a quatro dias após o início da doença. A maioria dos adultos saudáveis pode infectar outros a partir de 1 dia **antes** que os sintomas se desenvolvam e até 5 a 7 dias **depois** de adoecerem. Crianças e algumas pessoas com o sistema imunológico enfraquecido podem transmitir o vírus por mais de 7 dias.

Os sintomas podem começar cerca de 2 dias (mas podem variar de 1 a 4 dias) após a entrada do vírus no corpo. **Isso significa que você pode ser capaz de espalhar a gripe para outra pessoa antes de saber que você está doente, bem como enquanto você está doente.** Algumas pessoas podem estar infectadas com um vírus da gripe, mas não têm sintomas. Durante este tempo, essas pessoas ainda podem transmitir o vírus para outros.

## Período contagioso

Você pode ser capaz de espalhar a gripe para outra pessoa antes de saber que está doente, assim como enquanto estiver doente.

- Pessoas com gripe são mais contagiosas nos primeiros 3-4 dias após o início da doença.
- Alguns adultos saudáveis podem infectar outros a partir de 1 dia **antes do** desenvolvimento dos sintomas e até 5 a 7 dias depois de adoecerem.
- Algumas pessoas, especialmente crianças pequenas e pessoas com o sistema imunológico enfraquecido, podem infectar outras com vírus da gripe por um tempo ainda maior.

Última página revisada: 27 de agosto de 2018

Fonte de conteúdo: [Centros de Controle e Prevenção de Doenças](#)

# Cómo se propaga la gripe

## Persona a persona

Las personas con gripe pueden transmitirla a otras personas hasta aproximadamente 6 pies de distancia. La mayoría de los expertos piensan que los virus de la gripe se propagan principalmente por gotitas producidas cuando las personas con gripe tosen, estornudan o hablan. Estas gotitas pueden caer en la boca o la nariz de las personas que están cerca o posiblemente ser inhaladas en los pulmones. Con menos frecuencia, una persona puede contraer la gripe al tocar una superficie u objeto que tiene el virus de la gripe y luego tocarse la boca, la nariz o posiblemente los ojos.

## Cuando la gripe se propaga

Las personas con gripe son más contagiosas en los primeros tres o cuatro días después de que comienza su enfermedad. La mayoría de los adultos sanos pueden infectar a otros a partir de 1 día **antes** de que se desarrollen los síntomas y hasta 5 a 7 días **después** de enfermarse. Los niños y algunas personas con sistemas inmunitarios debilitados pueden transmitir el virus durante más de 7 días.

Los síntomas pueden comenzar aproximadamente 2 días (pero pueden variar de 1 a 4 días) después de que el virus ingresa al cuerpo. **Eso significa que es posible que pueda transmitir la gripe a otra persona antes de saber que está enfermo, así como mientras está enfermo.** Algunas personas pueden estar infectadas con un virus de la gripe, pero no tienen síntomas. Durante este tiempo, esas personas aún pueden transmitir el virus a otros.

## Período de contagiosidad

Es posible que pueda transmitir la gripe a otra persona antes de saber que está enfermo, así como mientras está enfermo.

- Las personas con gripe son más contagiosas en los primeros 3-4 días después de que comienza su enfermedad.
- Algunos adultos sanos pueden infectar a otros a partir de 1 día **antes** de que se desarrollen los síntomas y hasta 5 a 7 días **después** de enfermarse.
- Algunas personas, especialmente los niños pequeños y las personas con sistemas inmunitarios debilitados, podrían infectar a otras personas con los virus de la influenza durante un tiempo aún más largo.

Esta página fue revisada el: 27 de agosto de 2018

Fuente del contenido: [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#)