

# INFORMATION FOR PUBLIC

## SEASONAL INFLUENZA (FLU)

High grade fever, cough, cold, sore throat, breathlessness, body ache, vomiting, diarrhoea are common symptoms of **SEASONAL INFLUENZA (Flu)**.

H1N1 is also a type of **Seasonal Influenza (Flu)** and is a self- limiting viral disease.

<b>DOs</b>	<b>DON'Ts</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Cover your nose and mouth with disposable tissue or handkerchief while coughing or sneezing</li><li>• Regularly wash your hands with soap and water</li><li>• Avoid crowded places</li><li>• Stay more than one arm's length distance from persons sick with flu</li><li>• Take adequate sleep and rest</li><li>• Drink plenty of water/liquids and eat nutritious food</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Touching eyes, nose or mouth with unwashed hands</li><li>• Hugging, kissing and shaking hands while greeting</li><li>• Spitting in public places</li><li>• Take medicines without consulting a physician</li><li>• Excessive physical exercise</li><li>• Touch surfaces contaminated with Flu virus</li></ul>

### Please Note:

*Treatment facility for Seasonal Influenza including H1N1 is available in following hospitals:*

1. Lok Nayak Hospital, Delhi Gate
2. GTB Hospital, Dilshad Garden
3. Deen Dayal Upadhyay Hospital, Hari Nagar
4. Sanjay Gandhi Memorial Hospital, Mangolpuri
5. Lal Bahadur Shastri Hospital, Khichripur
6. Pt. Madan Mohan Malviya Hospital, Malviya Nagar
7. Baba Saheb Ambedkar Hospital, Rohini
8. Chacha Nehru Bal Chikitsalya, Geeta Colony
9. Bhagwan Mahavir Hospital, Pitampura
10. Maharishi Valmiki Hospital, Pooth Khurd
11. Babu Jagjivan Ram Memorial Hospital, Jahangirpuri
12. Aruna Asaf Ali Govt. Hospital, Civil Lines
13. Dr. Hedgewar Arogya Sansthan, Karkardooma
14. Safdarjung Hospital, Ansari Nagar (West)
15. Dr. RML Hospital, Baba Kharak Singh Marg
16. Sucheta Kriplani Hospital, Panchkuian Road
17. Airport Health Organisation, Palam
18. Hindu Rao Hospital, Bara Hindu Rao
19. Indraprastha Apollo Hospital, Sarita Vihar
20. Moolchand Khairati Ram Hospital, Lajpat Nagar
21. Sir Ganga Ram Hospital, Rajender Nagar
22. St. Stephen's Hospital, Tis Hazari
23. Balaji Action Medical Institute, Paschim Vihar
24. Max Super Speciality Hospital, Saket
25. BLK Super Speciality Hospital, Pusa Road

*Testing Facility for Seasonal Influenza including H1N1 is available in following laboratories:*

1. NCDC, 22, Sham Nath Marg
2. Patel Chest Institute, Delhi University
3. AIIMS, Ansari Nagar
4. Dr. Dang's Lab Pvt. Ltd., Hauz Khas
5. Dr. Lal's PathLab, Rohini
6. Super Religare Lab, Preet Vihar
7. Sequence Referral Laboratories, Janak Puri
8. Indraprastha Apollo Hospital, Sarita Vihar
9. Sir Ganga Ram Hospital, Rajender Nagar
10. Max Super Speciality Hospital, Saket

*Issued in public Interest by:-*

DIP/2026/2014-15

GOVERNMENT OF N.C.T. OF DELHI

**DIRECTORATE OF HEALTH SERVICES**

F-17, KARKARDOOMA, DELHI-110032





# जनसाधारण हेतु सूचना

## मौसमी इंप्लूएंज़ा(फ़्लू)

मौसमी इंप्लूएंज़ा(फ़्लू) के सामान्य लक्षण उच्च ग्रेड बुखार, खांसी, जुखाम, गले में खराश, सांस लेने में तकलीफ, बदन दर्द, उल्टी, दस्त हैं।

एच1एन1 मौसमी इंप्लूएंज़ा(फ़्लू) का एक प्रकार है जो कि स्वयं-सीमित वायरल रोग है।

क्या करें	क्या न करें
<ul style="list-style-type: none"><li>खांसने एवं छींकने के दौरान अपनी नाक व मुंह को कपड़े अथवा रुमाल से ढकें</li><li>अपने हाथों को साबुन व पानी से नियमित धोयें</li><li>भीड़-भाड़ वाले क्षेत्रों से बचें</li><li>फ़्लू से संक्रमित व्यक्ति से एक हाथ तक की दूरी बनाएं रखें</li><li>पर्याप्त नींद और आराम लें</li><li>पर्याप्त मात्रा में पानी/तरल पदार्थ पिएं और पोषक आहार खाएं</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>मैले हाथों के साथ आंख, नाक अथवा मुंह को छूना</li><li>किसी से मिलने के दौरान गले लगना, चूमना और हाथ मिलाना</li><li>सार्वजनिक स्थानों पर थूकना</li><li>बिना डॉक्टर के परामर्श के दवाएं लेना</li><li>अत्यधिक शारीरिक व्यायाम</li><li>फ़्लू वायरस से दूषित सतहों का स्पर्श</li></ul>

कृपया ध्यान दें :

मौसमी इंप्लूएंज़ा सहित एच1एन1 के इलाज की सुविधा निम्न अस्पतालों में उपलब्ध है :-

- लोक नायक अस्पताल, दिल्ली गेट
- जीटीबी अस्पताल, दिलशाद गार्डन
- दीन दयाल उपाध्याय अस्पताल, हरी नगर
- संजय गांधी मैमोरियल अस्पताल, मंगोलपुरी
- लाल बहादुर शास्त्री अस्पताल, खिचड़ीपुर
- पं० मदन मोहन मालवीय अस्पताल, मालवीय नगर
- बाबा साहेब अंबेडकर अस्पताल, रोहिणी
- चाचा नेहरू बाल चिकित्सालय, गीता कोलोनी
- भगवान महावीर अस्पताल, पीतम पुरा
- महर्षि वाल्मिकी अस्पताल, पूठ खुर्द
- बाबु जगजीवन राम मैमोरियल अस्पताल, जहांगीर पुरी
- अरुणा आसफ अली सरकारी अस्पताल, सिविल लाइंस
- डॉ. हेडगेवार आरोग्य संस्थान, कड़कड़डूमा
- सफदरजंग अस्पताल, अंसारी नगर(पश्चिम)
- डॉ. आरएमएल अस्पताल, बाबा खड़ग सिंह मार्ग
- सुचेता कृपलानी अस्पताल, पंचकुइयां रोड़
- एयरपोर्ट हेल्थ ऑर्गेनाइजेशन, पालम
- हिंदु राव अस्पताल, बाड़ा हिंदु राव
- इंद्रप्रस्थ अपोलो अस्पताल, सरिता विहार
- मूलचंद खैराती राम अस्पताल, लाजपत नगर
- सर गंगा राम अस्पताल, राजेन्द्र नगर
- सेंट. स्टीफंस अस्पताल, तीस हज़ारी
- बालाजी एक्शन मेडिकल इंस्टीट्यूट, पश्चिम विहार
- मैक्स सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल, साकेत
- बी.एल.के. सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल, पूसा रोड़

मौसमी इंप्लूएंज़ा सहित एच1एन1 के जांच की सुविधा निम्न प्रयोगशालाओं में उपलब्ध है :-

- एनसीडीसी, 22, शामनाथ मार्ग
- पटेल चेस्ट इंस्टीट्यूट, दिल्ली विश्वविद्यालय
- एम्स, अंसारी नगर
- डॉ. डैंग्स लैब प्रा. लि., हौज खास
- डॉ. लाल पैथलैब, रोहिणी
- सुपर रैलीगेयर लैब, प्रीत विहार
- सीक्वेंस रेफरल लैबोरेटरीज़, जनकपुरी
- इंद्रप्रस्थ अपोलो अस्पताल, सरिता विहार
- सर गंगा राम अस्पताल, राजेन्द्र नगर
- मैक्स सुपर स्पेशियलिटी अस्पताल, साकेत

जनहित में जारी :-

DIP/2026//2014-15



राष्ट्रीय राजधानी क्षेत्र दिल्ली सरकार  
स्वास्थ्य सेवा निदेशालय  
एफ-17, कड़कड़डूमा, दिल्ली-110032