



# پیشگیری از سرخک

سرخک بسیار مسری است.

واکسن سرخک، اوریون و سرخجه (MMR) بهترین محافظت در برابر سرخک است.

مطمئن شوید که واکسینه شده اید.

اگر از وضعیت واکسیناسیون خود مطمئن نیستید، با ارائه دهنده خدمات بهداشتی خود صحبت کنید.

سرخک زمانی پخش می شود که فرد آلوده صحبت کند، عطسه یا سرفه کند، یا حتی نفس بکشد.



ویروس سرخک میتواند تا یک ساعت پس از ترک اتاق توسط فرد آلوده، در هوا باقی بماند.



میتوانید درباره سرخک بیشتر بدانید و برای دریافت واکسن MMR در [myturn.ca.gov](https://myturn.ca.gov) وقت بگیرید.

