

Πληροφορίες για το κοινό Γρίπη Α(Η1Ν1)

Η αποφυγή μετάδοσης των μικροβίων
είναι ο μόνος αποτελεσματικός τρόπος
για μείωση του ρυθμού εξάπλωσης της γρίπης Α(Η1Ν1)

ΠΡΕΠΕΙ ΠΑΝΤΟΤΕ ΝΑ:

- Καλύπτετε το στόμα και τη μύτη με χαρτομάντηλο όταν βήχετε ή φταρνίζεστε.
- Πετάτε το χρησιμοποιημένο χαρτομάντηλο στο καλάθι αχρήστων όσο το δυνατόν πιο γρήγορα.
- Πλένετε (συχνά) τα χέρια σας με σαπούνι και νερό και βεβαιωθείτε ότι το ίδιο κάνουν και οι άλλοι.
- Καθαρίζετε συχνά τις σκληρές επιφάνειες για να απαλλαχθείτε από τα μικρόβια.

Αν νομίζετε ότι έχετε γρίπη,
αποφύγετε τη στενή επαφή με άλλους,
περιοριστείτε στο σπίτι και επικοινωνήστε
με το γιατρό σας ή επισκεφθείτε την
Κλινική Γρίπης της επαρχίας σας.

● Τα συμπτώματα μπορεί να είναι:

Πυρετός / Ρίγος
Πονόλαιμος
Βήχας
Ρινική καταρροή
Πονοκέφαλος και μυϊκή αδυναμία
Έμετος ή διάρροια

