

# Chcesz się ustrzec grypy wywołanej nowym wirusem typu A H1N1?

- Unikaj bliskiego kontaktu z osobami wykazującymi objawy grypopodobne,
- Podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos chusteczką, wyrzuć ją do kosza po jednokrotnym użyciu **NIE CHOWAJ JEJ DO KIESZENI !!!**



- Unikaj dotykania oczu, nosa i ust,
- Często myj ręce wodą z mydłem,



- Zachowaj odległość od innych osób podczas kichania i kaszlu,
- Należy wietrzyć pomieszczenia mieszkalne 3-4 razy dziennie, sale lekcyjne i inne pomieszczenia szkolne systematycznie,



- W przypadku wystąpienia objawów grypy, powiedz o tym rodzicom lub opiekunom, którzy skontaktują się z lekarzem rodzinnym,



- Jeżeli byłeś w rejonie występowania grypy wywołanej wirusem typu A H1N1 poinformuj o tym lekarza,
- Bezwzględnie stosuj się do zaleceń miejscowej służby zdrowia,

**POZOSTAŃ W DOMU, JEŚLI U CIEBIE WYSTĄPIĄ OBJAWY GRYPOPODOBNE !!!**

