

## Chcesz się ustrzec grypy wywołanej nowym wirusem typu A H<sub>1</sub>N<sub>1</sub> ?



### Stosuj się do poniższych zaleceń !

- **unikaj bliskiego kontaktu z osobami wykazującymi objawy grypopodobne,**
- **pozostań w domu, jeśli u Ciebie wystąpią objawy grypopodobne,**
- **podczas kaszlu i kichania zakrywaj usta i nos chusteczką – pomoże to zapobiec zakażeniu wirusem innych osób,**
- **jeżeli nie masz chusteczki zakryj nos i usta rękawem powyżej łokcia,**
- **często myj ręce wodą z mydłem unikaj dotykania rękami oczu, nosa i ust.**



**Jeżeli byłeś w rejonie występowania grypy wywołanej wirusem typu A H1 N1, poinformuj lekarza.**

**Bezwzględnie stosuj się do wszelkich zaleceń miejscowej służby zdrowia.**

