

Kako se zavarujemo pred pandemsko gripo?

Vedenje je naša najbolj učinkovita obramba.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



INŠTITUT ZA VAROVANJE ZDRAVJA
REPUBLIKE SLOVENIJE



Pogosto si z milom vsaj 20 sekund umivamo roke.



Z rokami se ne dotikamo oči, nosu in ust.



Ko kašljamo ali kihamo, vedno uporabimo papirnat robček in ga takoj odvržemo v smeti.



Izogibamo se tesnim stikom z ljudmi, ki imajo znake bolezni.



Če pri sebi opazimo bolezenske znake pandemске gripe, ostanemo doma in pokličemo osebnega zdravnika.

Več informacij o pandemski gripi na
WWW.USTAVIMO-GRIP0.SI

ali brezplačni telefonski številki

080 42 00

Pandemska gripa, ki jo povzroča virus A (H1N1)v, je akutna okužba dihal, ki se prenaša med ljudmi s kužnimi kapljicami, ki nastajajo pri kašljanju, kihanju, govorjenju; z neposrednim tesnim stikom z obolelim (poljubljanje, objemanje); s posrednim stikom preko okuženih površin in predmetov (jedilni pribor, kozarci, kljuke, telefonske slušalke ...).

Boleznski znaki so: povišana telesna temperatura, mrazenje, suh kašelj, bolečine v žrelu, zamašen nos ali izcedek iz nosu, bolečine v mišicah in kosteh, glavobol, utrujenost, bruhanje, driska.



**USTAVIMO
GRIP0!**