



OBLASTNÍ NEMOCNICE
PŘÍBRAM, a. s.

CHŘIPKA

Jak chránit sebe i své okolí



Při kašlání a kýchání si přikrývejte nos a ústa kapesníkem určeným pro jednorázové použití.



Použité kapesníky ihned po použití vyhodte do odpadkového koše.



Ruce si pravidelně myjte vodou a mýdlem.



Projeví-li se u vás příznaky chřipky, kontaktujte lékaře.



Projeví-li se u vás příznaky chřipky, udržujte od ostatních lidí odstup alespoň 1 metr.



Projeví-li se u vás příznaky chřipky, zůstaňte doma a nechodejte do práce, do školy nebo na místa s větší koncentrací lidí.



Neobjímejte se, nelíbejte a nepodávejte si ruce při pozdravu.



Nedotýkejte se očí, nosu či úst špinavýma rukama.