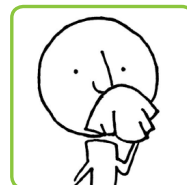


Jak se chránit před chřipkou

Při kašli a kýchání si zarývejte nos a ústa papírovým kapesníkem nebo kašlete do horní části rukávu ne do rukou.



Použité kapesníky vyhodte do odpadkového koše.



Po manipulaci s kapesníkem si umyjte ruce.



Když přijдете domů z venku, na nic nesahejte a co nejdříve si umyjte ruce teplou vodou a mýdlem.



Projeví - li se u Vás příznaky chřipky:

- nechoďte do práce, do školy nebo do míst s větší koncentrací lidí
- udržujte odstup od ostatních lidí alespoň 1 metr
- neobjímejte se, nelíbejte a nepodávejte si ruce při pozdravu

Při čekání v ambulanci můžete být požádáni, abyste si nasadili roušku k ochraně druhých.

