

# Грип А (H1N1)

## Як захистити себе та оточуючих



При чханні та кашлі  
прикривайте ніс та рот  
носовою хустинкою



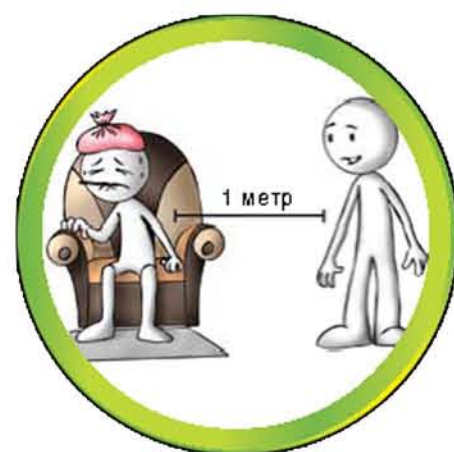
Викидайте одноразові носові хустинки  
в призначені для цього контейнери  
одразу ж після використання



Регулярно мийте руки з милом



При появі симптомів грипу негайно  
звертайтеся за медичною допомогою



Якщо у Вас симптоми грипу,  
тримайтесь на відстані  
не менше 1 метру від оточуючих



Якщо у Вас симптоми грипу,  
дотримуйтесь домашнього режиму:  
не ходіть на роботу, в школу, в місця скупчення людей



Уникайте обіймів, поцілунків  
та рукопотискань



Старайтесь не чіпати ніс,  
очі чи рот немитими руками