

ΤΗΡΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

Λήψη μέτρων πρόληψης



**Πλένουμε συχνά
και σχολαστικά τα χέρια μας**
με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα



**Όταν βήχουμε ή φταρνιζόμαστε, καλύπτουμε το στόμα και
τη μύτη μας με τον αγκώνα ή ένα χαρτομάντηλο και
πλένουμε αμέσως μετά τα χέρια μας**



**Απορρίπτουμε το χαρτομάντηλο,
αμέσως μετά τη χρήση, σε κλειστό κάδο**

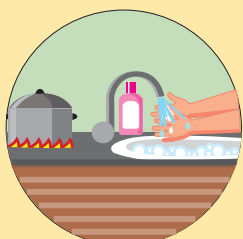


**Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές όταν παρουσιάζουμε
συμπτώματα κρυολογήματος (όπως βήχα, πυρετό, καταρροή,
πονόλαιμο) ή με άτομα που παρουσιάζουν αυτά τα
συμπτώματα**

**Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας
στην αναπνοή, και έχουμε ταξιδιωτικό ιστορικό σε πληττόμενη
περιοχή, επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με τον
ΕΟΔΥ (Τηλ. 210 5212054 και 1135) και παραμένουμε σπίτι μας**



**Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα κατά τη διάρκεια του
ταξιδιού, ενημερώνουμε αμέσως το πλήρωμα και
αναζητούμε ιατρική βοήθεια**



**Πλένουμε τα χέρια μας: όταν μαγειρεύουμε, όταν
φροντίζουμε ασθενείς, όταν ερχόμαστε σε επαφή με ζώα**



**Εμπιστευόμαστε τους ειδικούς και τους επιστήμονες
για την πληροφόρησή μας**