

آنفلوآنزا

چگونه از خود و دیگران محافظت کنیم؟



دستمال مصرف شده را
فوری پس از استفاده و
بطور مناسب دفع کنیم



هنگام سرفه یا عطسه، بینی
و دهان خود را با دستمال
کاغذی بپوشانیم



در صورت مشاهده علائم
مشابه آنفلوآنزا، فوراً به
پزشک مراجعه کنیم



دست ها را بطور منظم با
آب و صابون بشوئیم



اگر در خود علائم
مشابه آنفلوآنزا دیدیم،
در منزل بمانیم



اگر آثار مشابه آنفلوآنزا
مشاهده کردیم، از افراد
(حداقل یک متر) فاصله
بگیریم



از مالیدن و تماس دست
آلوده با چشمها و بینی و
دهان خودداری کنیم



هنگام احوال پرسی از در
آغوش گرفتن، بوسیدن
و دست دادن خودداری
کنیم