

Скажімо “ні!” мікробам! Зупинімо грип!

У вас грип? Поставте собі два коротких запитання:

1. Чи є в вас висока температура, жар?

2. Чи спостерігаються інші симптоми? Кашель, біль у горлі, ломота у тілі, головний біль, озноб, діарея чи блювота?

Якщо на обидва запитання відповідь **ТАК**, то, швидше за все, ви захворіли на грип.

Що робити, якщо ви захворіли на грип?

- Не залишайте помешкання, вживайте якомога більше рідини, також потрібен спокій.
- Потурбуйтеся про здоров'я інших людей: не відвідуйте людні місця, закривайте обличчя під час кашляння та якомога частіше мийте руки.

Якщо ви не стали відчувати себе краще, викличте лікаря.

Якщо ви потребуєте медичної допомоги, а немає можливості звернутися до лікаря чи у вас не оформлене медичне страхування, тоді зателефонуйте до Програми доступу до соціально-орієнтованої служби охорони здоров'я за номером 800-756-5437. У вас не будуть вимагати підтвердження імміграційного статусу.

Якщо ви захворіли,
залишайтеся вдома



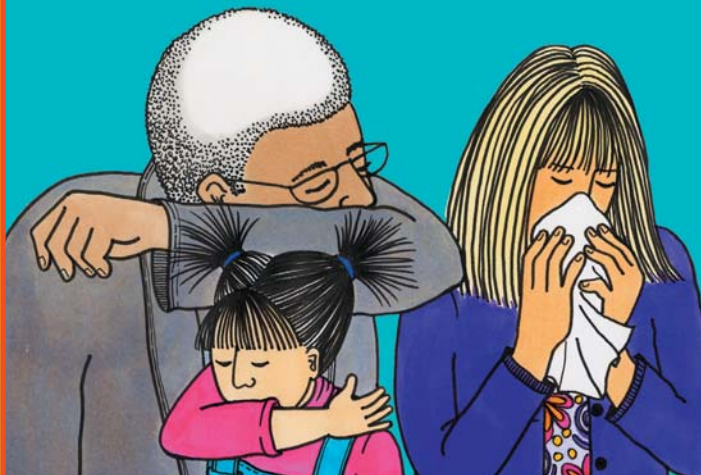
Руки слід мити часто,
протягом 20 секунд



Немає можливості вимити?
Тоді слід скористатися
дезінфікуючим засобом для рук
на основі спирту



Прикривайте обличчя під час
чихання чи кашлю



Public Health
Seattle & King County



Більш детальна інформація знаходиться на веб-сайті:

www.kingcounty.gov/health

Інформація в інших форматах надається на запит

UKRANIAN