



Rekomenduojama tinkamai ir dažnai plauti rankas, nusiplovus jas nusausti. neplautomis rankomis stengtis neliesti akių, nosies ir burnos.



Rekomenduojama gerai vėdinti patalpas.



Rekomenduojama vengti masinio žmonių susibūrimo vietų ir vengti sąlyčio su sergančiais asmenimis.



Susirgus kreiptis į asmens sveikatos priežiūros įstaigą, neiti į darbą, sergančių vaikų neleisti į vaikų ugdymo įstaigas, gydytis, kaip nurodė gydytojas.

GRIPAS



Rekomenduojama sergantiems gripu asmenims apsaugoti kitus gali dėvėdami medicinines kaukes, kurios sulaiko kvėpavimo takų sekretus kosint ar čiaudint, bei sveiki žmonės slaugydami sergantį asmenį taip pat turėtų dėvėti medicininę kaukę.



Rekomenduojama laikytis kosėjimo ir čiaudėjimo rekomendacijų – prisidengti nosį ir burną, vienkartinės nosinaites nedelsiant išmesti, nusiplauti rankas.

Parengė: visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Aušra Kašauskienė pagal ULAC pateiktą informaciją.

El paštas: ausra.kasauskiene@sveikatos-biuras.lt

Mob 8676 846 65