



Măsuri de prevenire a infecțiilor respiratorii

- Spălarea regulată a mâinilor cu apă și săpun
- Respectarea igienei tusei și a strănutului: acoperirea nasului și a gurii cu un șervețel în timpul tusei și al strănutului și aruncarea lui după utilizare sau acoperirea nasului și a gurii în plica cotului în timpul tusei
- Aerisirea zilnică a încăperilor
- Evitarea locurilor aglomerate
- Adresarea la medicul de familie la apariția simptomelor respiratorii, pentru a stabili tratamentul și măsurile necesare
- Evitarea intrării în colectivitate a persoanelor care au semne și simptome sugestive pentru gripă (febră, strănut, tuse, dureri în gât, dureri musculare) până la dispariția acestora
- **Cea mai eficientă și sigură metodă de protecție față de gripă și față de formele clinice severe ale acesteia este vaccinarea antigripală, care poate fi făcută cât mai rapid**