

если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, оставайся дома. Не ходи на работу, в школу, не посещай общественные места

если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, немедленно обратись к врачу

регулярно мой руки с мылом

немедленно выбрасывай использованные салфетки

прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками, когда чихаешь или кашляешь

избегай объятий, поцелуев и рукопожатий при встрече

головная боль

температура

озноб

боль в мышцах

слабость

не трогай глаза, нос или рот немытыми руками

