

Nieuwe Influenza A (H1N1)

Maatregelen om besmetting te voorkomen



Vermijd contact met mensen met griep

Moet u in de directe omgeving van een grieppatiënt zijn?

Doe dat dan zo kort mogelijk en was na het bezoek uw handen.



Was regelmatig uw handen met water en zeep

Het virus kan op uw handen komen als u een voorwerp aanraakt of iemand een hand geeft. Was daarom regelmatig uw handen. Droog uw handen met een papieren handdoekje of een keukenrol. Gooi het papier daarna meteen in de vuilnisbak.



Gebruik een papieren zakdoek bij hoesten, niezen of snuiten

Gebruik een zakdoekje of een ander papiertje om in te hoesten of te niezen.

Gooi het papiertje daarna meteen in de vuilnisbak.



Raak zo min mogelijk uw mond, neus of ogen aan

Het virus kan op uw handen komen als u een voorwerp aanraakt of iemand een hand geeft. Via uw handen kan het virus in uw ogen, neus of mond komen.



Maak regelmatig schoon

Maak harde oppervlakken en voorwerpen zoals keukenapparatuur en deurklinken regelmatig schoon. Doe dit met een normaal schoonmaakproduct.



Blijf thuis en blijf uit de buurt van anderen als u griep hebt

Het virus wordt via de lucht verspreid. U kunt andere mensen besmetten door te hoesten, niezen en praten. U voorkomt dat u iemand besmet door zo min mogelijk contact te hebben met andere mensen.



Luister radio, kijk tv en lees de krant

Via radio, televisie en kranten krijgt u informatie over wat u verder moet en kunt doen om besmetting te voorkomen.

Meer informatie: www.postbus51.nl of 0800-8051 (gratis)