



RCB

Rządowe Centrum  
Bezpieczeństwa



W związku ze stwierdzeniem wystąpienia przypadków zakażeń wirusem grypy świń typu A/H1N1 u ludzi w Meksyku i Stanach Zjednoczonych Główny Inspektorat Sanitarny zaleca:

### **Wyjeżdżającym za granicę**

- bezwzględne stosowanie się do wszelkich zaleceń miejscowej służby zdrowia,
- unikanie bliskiego kontaktu z osobami wykazującymi objawy grypopodobne,
- pozostanie w domu, jeśli u danej osoby wystąpią objawy grypopodobne,
- podczas kaszlu i kichania, zakrywanie ust i nosa chusteczką - pomoże to zapobiec zakażeniu wirusem innych osób,
- częste mycie rąk wodą z mydłem,
- unikanie dotykania rękami oczu, nosa i ust.

W przypadku wystąpienia objawów chorobowych, **natychmiastowy** kontakt z lekarzem.

### **Wracającym do kraju**

Jeżeli, w ciągu około 10 dni od powrotu do kraju wystąpią objawy chorobowe typu:

- podwyższona temperatura ciała,
- osłabienie,
- kaszel,
- brak apetytu,
- katar,
- ból gardła,

**trzeba niezwłocznie** zgłosić się do lekarza i poinformować go o pobycie w rejonie występowania wirusa grypy świń typu A/H1N1.