

La grippe « mexicaine » Une nouvelle grippe !

Protégeons-nous !
Quelques conseils ...

Si j'ai les symptômes de la grippe :

- Poussée de fièvre soudaine
- Douleurs musculaires
- Fatigue
- Toux, essoufflement, crachats
- Malaise général
- Diarrhée



Je reste chez moi

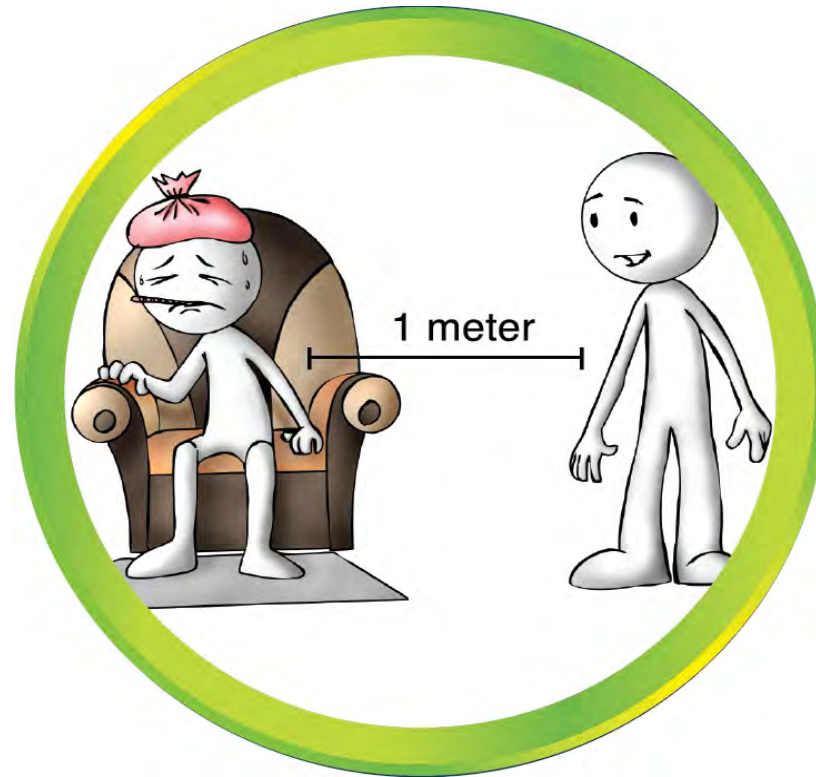
**J'appelle dès que possible
mon médecin de famille
ou son remplaçant**



**Je ne vais ni à l'école,
ni au travail**

**J'évite les endroits très fréquentés
(cinéma, football, grand magasin, ...)**

Le CHU Brugmann dispose de la liste des médecins généralistes bruxellois



**Je reste à distance de mes proches
quand je suis malade !**

En prévention, j'évite :

- **embrassades**
- **accolades**
- **poignées de main**





**Quand je tousse,
quand j'éternue,
je me couvre
le nez et la bouche
avec un mouchoir jetable**



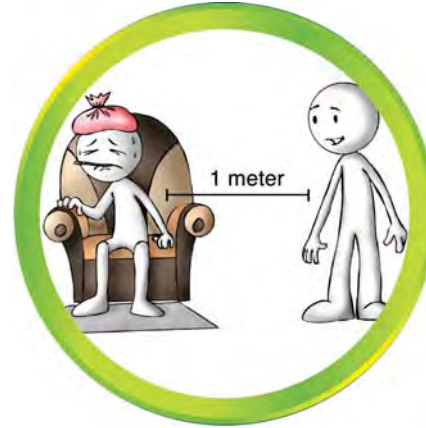
**Je jette tout de suite
mon mouchoir
usagé
à la poubelle**



**Je me lave les mains
régulièrement
à l'eau et au savon ou
avec la solution hydro-
alcoolique**



**J'évite de me toucher les
yeux, le nez ou la bouche
si je ne me suis pas
lavé les mains**



Pour plus de renseignements,

je consulte le site

<http://www.influenza.be>