

## PER MAGGIORI INFORMAZIONI PUOI VISITARE I SEGUENTI SITI WEB

- Ministero della Salute [www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it)
- Assessorato Regionale Sanità [www.regione.sicilia.it](http://www.regione.sicilia.it)
- Ordine dei Medici di Messina [www.omceo.me.it](http://www.omceo.me.it)
- Puoi anche contattare il **NUMERO VERDE** del Ministero **1500**

### *Iniziative del Ministero*



# INFLUENZA A H1N1/V

*“I gesti di ognuno di noi  
fanno la salute di tutti”*



**Come proteggere se stessi  
e non diffondere il virus**

## COS'È L'INFLUENZA A H1N1/v

È un'infezione dell'apparato respiratorio, i cui sintomi sono simili a quelli dell'influenza stagionale. Si diffonde più rapidamente dell'influenza stagionale. Può causare complicazioni, specie in soggetti con malattie croniche preesistenti **ma nella maggior parte dei casi si risolve con la guarigione completa.**

## SINTOMI

Febbre improvvisa di norma superiore a 38°, accompagnata da tosse e/o mal di gola e/o raffreddore e da almeno un altro sintomo fra: brividi, dolori muscolari e alle articolazioni ossee, mal di pancia, diarrea o vomito.

## SI TRASMETTE

Da persona a persona attraverso le goccioline di saliva: starnuti, colpi di tosse o mentre si parla, specie in ambienti affollati e poco areati, oppure attraverso il contatto con materiale infetto (mani sporche, fazzolettini...) o contatto stretto (baci...) o uso comune di bicchieri, stoviglie, lattine, sigarette...

## Come proteggere se stessi e gli altri

### I piccoli gesti quotidiani



- Lavati accuratamente le mani: più volte al giorno con acqua e sapone. **SEMPRE** dopo esserti soffiato il naso, tossito e starnutito.



- Butta il fazzoletto dopo esserti soffiato il naso. Dopo ogni starnuto o colpo di tosse, **NON RIUTILIZZARLO**



- Se non hai un fazzoletto starnutisci o tossisci nell'incavo del braccio o del gomito.



- Non ti toccare gli occhi e la bocca se non hai le mani pulite



- Non scambiare oggetti di uso personale: bicchieri, posate, sigaretta, lattine...

- Mantieni pulite le superfici e arieggia gli ambienti

- Evita i luoghi chiusi ed affollati

## COSA FARE IN CASO DI SINTOMI

### RIMANI IN CASA

- ✓ Possibilmente nella tua stanza, limitando i contatti con i familiari
- ✓ Usa la mascherina nel contatto con gli altri
- ✓ Copriti il naso e la bocca quando tossisci o starnutisci
- ✓ Lavati spesso le mani

**CONSULTA IL TUO MEDICO o PEDIATRA**

**CALL-CENTER**  
Ordine dei Medici - Me  
09:00-12:00 Lun-Sab  
16:00-20:00 Lun-Ven

Numero Verde  
**800 14 50 80**

[nuovainfluenza@omceo.me.it](mailto:nuovainfluenza@omceo.me.it)

*più informazione più protezione*



**Diffondi queste semplici indicazioni che aiuteranno tutti noi nel prevenire la diffusione del contagio**