

# Chrípka

- respiračné ochorenie – prenáša sa kvapôčkami vzduchom pri kýchaní, kašľaní...

## Prežívanie chrípkového vírusu:

- **na rukách** prežíva menej ako **5 minút** – možnosť priameho prenosu kontaktom,
- **na tvrdých povrchoch** (plast, nerez) prežíva viac ako **24 hodín** – je prenosný na ruky,
- **na oblečení, papieroch a papierových vreckovkách** prežíva **8 – 12 hodín** a je prenosný na ruky.

## Odporúčanie pre verejnosť:

Pri kýchaní a kašľaní **prikryť ústa a nos papierovou vreckovkou.**

Po použití vreckovku **vyhodiť do odpadkového koša.**



**Umývať si ruky mydlom a vodou aspoň 20 sekúnd**

– zvlášť pri kýchaní a kašľaní.

Po umytí rúk mydlom a vodou si ich dôkladne osušte najlepšie jednorazovými utierkami.

**Nedotýkať sa očí, nosa a úst neumytými rukami.**

Dezinfikovať si ruky prípravkami na báze alkoholu.

**Vyhnete sa priamemu kontaktu s chorými osobami.**

**Ak máte chrípku, ostaňte doma** a obmedzte kontakt s ostatnými osobami, aby nedošlo k ich nákaze.

