

Què cal saber de la grip?

Quins símptomes té?



Febre alta (+ 38°)



Mal de cap



Dolor muscular



Mal de coll

M'he de vacunar?

Vacunar-se cada any és la millor manera de prevenir la grip, especialment si pertanys a algun d'aquests **grups***



Dones embarassades



Persones de més de 65 anys



Persones amb malalties cròniques



Professionals de la salut o persones que viuen o tenen cura de persones en risc.



Nens entre 6 mesos i 5 anys

Què has de fer si tens la grip?

Renta't les mans tot sovint



Beu molta aigua



Fes repòs



En esternudar o tossir cobreix-te amb un mocador de paper



Si no millores en 3 dies o si pertanys a un **grup*** de risc, consulta amb la teva infermera

