



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII
DIRECȚIA DE SĂNĂTATE PUBLICĂ A JUDEȚULUI TIMIȘ
300029 TIMIȘOARA, STR. LENAU NR.10
TEL: 0256 494680 FAX: 0256-494667
Cod fiscal: 11292024
Nr. operator de date cu caracter personal-34022
Website: www.dsptimis.ro
e-mail dspj.timis@dsptimis.ro

Relatii cu publicul
Tel: 0256 494680
e-mail comunicare@dsptimis.ro

Măsurile profilactice generale pentru populație

- Evitarea aglomerațiilor și a spațiilor închise;
- Izolarea voluntară la domiciliu a persoanelor care prezintă simptomatologie asemănătoare gripei;
- Aerisirea frecventă a încăperilor (săli de clasă, dormitoare, etc);
- Spălarea frecventă, cu apă caldă și săpun, a mâinilor după ce strănutăm, tușim, ne suflăm nasul și înainte de a mânca
- Creșterea rezistenței generale a organismului prin consumul alimentelor bogate în vitamina C (fructe, legume);
- Aerisirea încăperilor (săli de clasă, dormitoare);
- Îmbrăcăminte corespunzătoare sezonului;
- Evitarea staționării în frig timp îndelungat;
- Limitarea accesului vizitatorilor în toate unitățile sanitare, în special în secțiile cu risc;
- Consultarea medicului de familie pentru simptome care sugerează gripa în vederea instituirii tratamentului de specialitate