

Tout sur la grippe

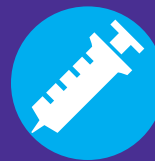
Rhume ou grippe?

Symptômes	Rhume	Grippe
Apparition soudaine		✓
Forte fièvre		✓
Douleurs musculaires		✓
Mal de tête		✓
Grande fatigue (habituellement au lit)		✓
Frissons	✓	✓
Mal de gorge	✓	✓
Écoulement nasal	✓	✓
Éternuements	✓	✓
Toux	✓	✓

Prévention

L'adoption de bonnes habitudes peut vous permettre et permettre à vos enfants d'éviter d'attraper ou de propager les germes à la maison, au travail et à l'école.

Pour prévenir la propagation des maladies infectieuses, prenez les simples mesures ci-dessous.



Faites-vous vacciner contre la grippe.



Restez à la maison si vous êtes malade. Retournez au travail ou à l'école quand vous allez mieux.



Lavez-vous les mains. Utilisez de l'eau et du savon ou un désinfectant pour les mains.



Couvrez votre toux et vos éternuements avec un mouchoir ou votre manche.



Gardez vos distances. Évitez les poignées de main et les contacts étroits avec les personnes malades.