

## **Informacja z dnia 30 października 2009 r.**

### **dla osób podróżujących na Ukrainę**

W związku ze zwiększoną liczbą zachorowań grypopodobnych na Ukrainie, zaleca się osobom udającym się na Ukrainę rozważenie przełożenia podróży na późniejszy okres. Ponadto należy stosować się do zaleceń sanitarno-epidemiologicznych przekazywanych w punktach przekraczania granicy oraz do zaleceń miejscowej służby zdrowia.

Należy też przestrzegać reżimu sanitarnego, a w szczególności:

- unikać bliskiego kontaktu z osobami wykazującymi objawy grypopodobne (np. podwyższona temperatura ciała, osłabienie, kaszel, brak apetytu, katar, ból gardła),
- w przypadku wystąpienia objawów grypopodobnych – pozostać w domu,
- podczas kaszlu i kichania zakrywać usta i nos chusteczką,
- myć często ręce wodą z mydłem,
- unikać dotykania oczu, nosa i ust.

W przypadku wystąpienia objawów chorobowych zaleca się skontaktowanie się z lekarzem.