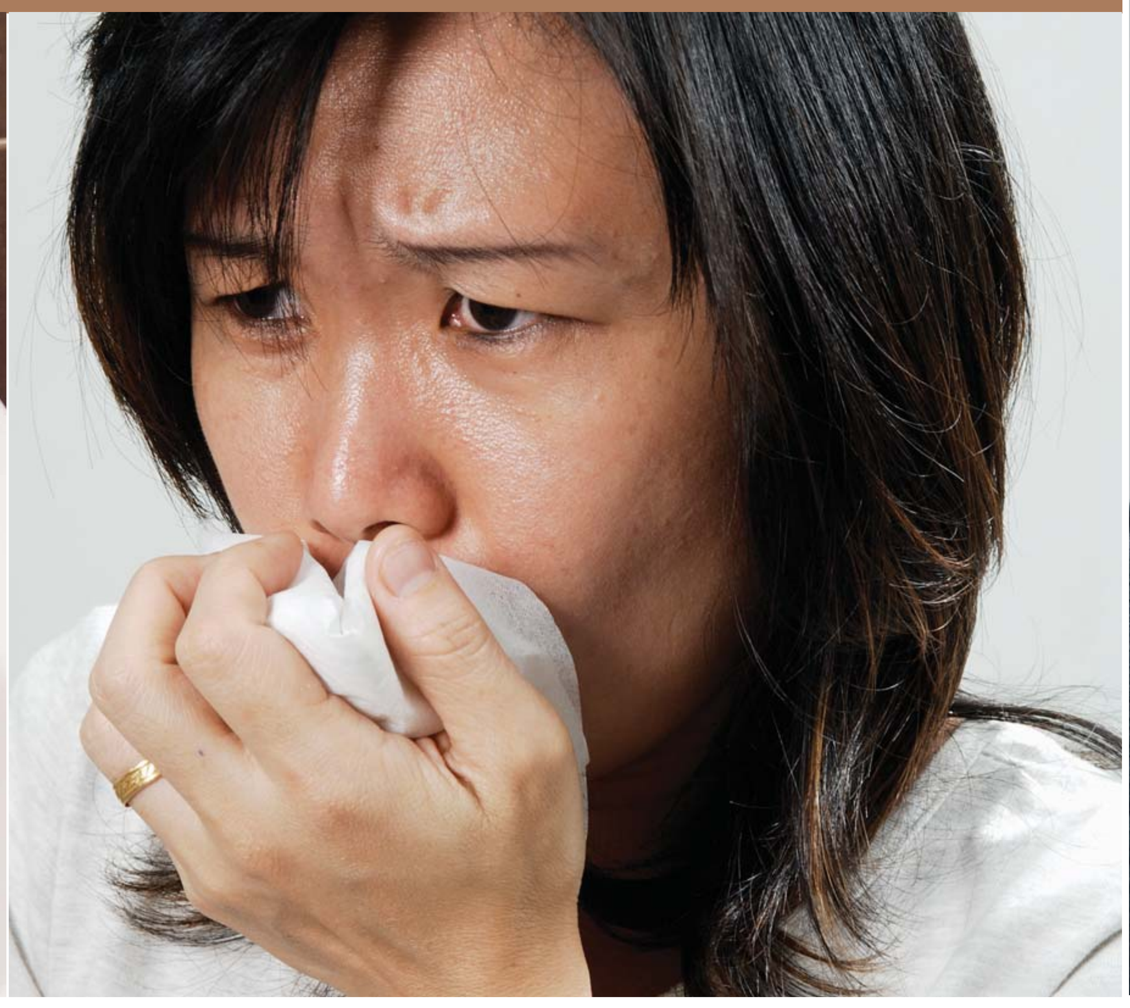
Bagaimana jangkitan influenza boleh dielakkan dari merebak?



i. Jika anda bersin atau batuk:
   - Tutup mulut dan hidung dengan tisu atau sapu tangan
   - Buang tisu yang digunakan ke dalam tong sampah
   - Jangan berkongsi sapu tangan
   - Basuh tangan dengan sabun selepas batuk dan bersin. Juga basuh tangan dengan bersih setelah menyentuh bahan mentah, permukaan tercemar, muka, hidung, telinga dan lain-lain anggota badan

ii. Pakai penutup mulut dan hidung (*mask*) untuk mengelakkan jangkitan influenza.

iii. Elakkan dari berada di tempat-tempat awam jika anda dijangkiti influenza.

KEMENTERIAN KESIHATAN MALAYSIA

Utamakan Kesihatan
Sihat Sepanjang Hayat