



Serveis de Salut Integrats  
Baix Empordà

## CAMPANYA DE VACUNACIÓ DE LA GRIP

Per a majors de 60 anys, embarassades, malalts crònics, residents en centres per a la gent gran, cuidadors, professionals de la salut o persones amb obesitat mòrbida

### SÍMPTOMES DE LA GRIP



Febre



Mal de coll



Mal de cap



Secreció nasal



Tos



Cansament

Font: Salud en red

### COM PUC PREVENIR ELS CONTAGIS?



Renta't les mans



Mocadors d'un sol ús



Ventila l'habitació

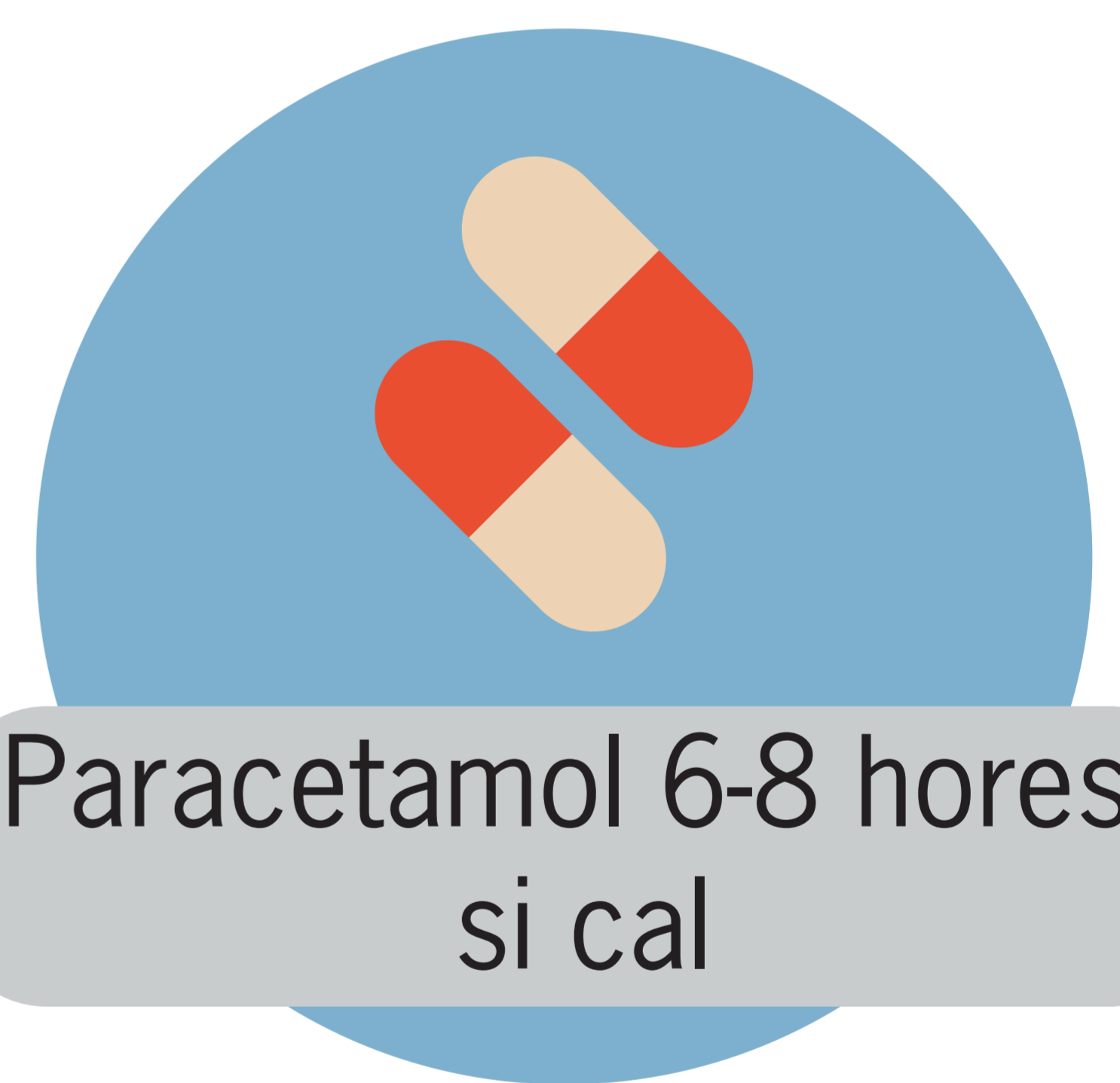
### QUÈ HAIG DE FER SI TINC LA GRIP?



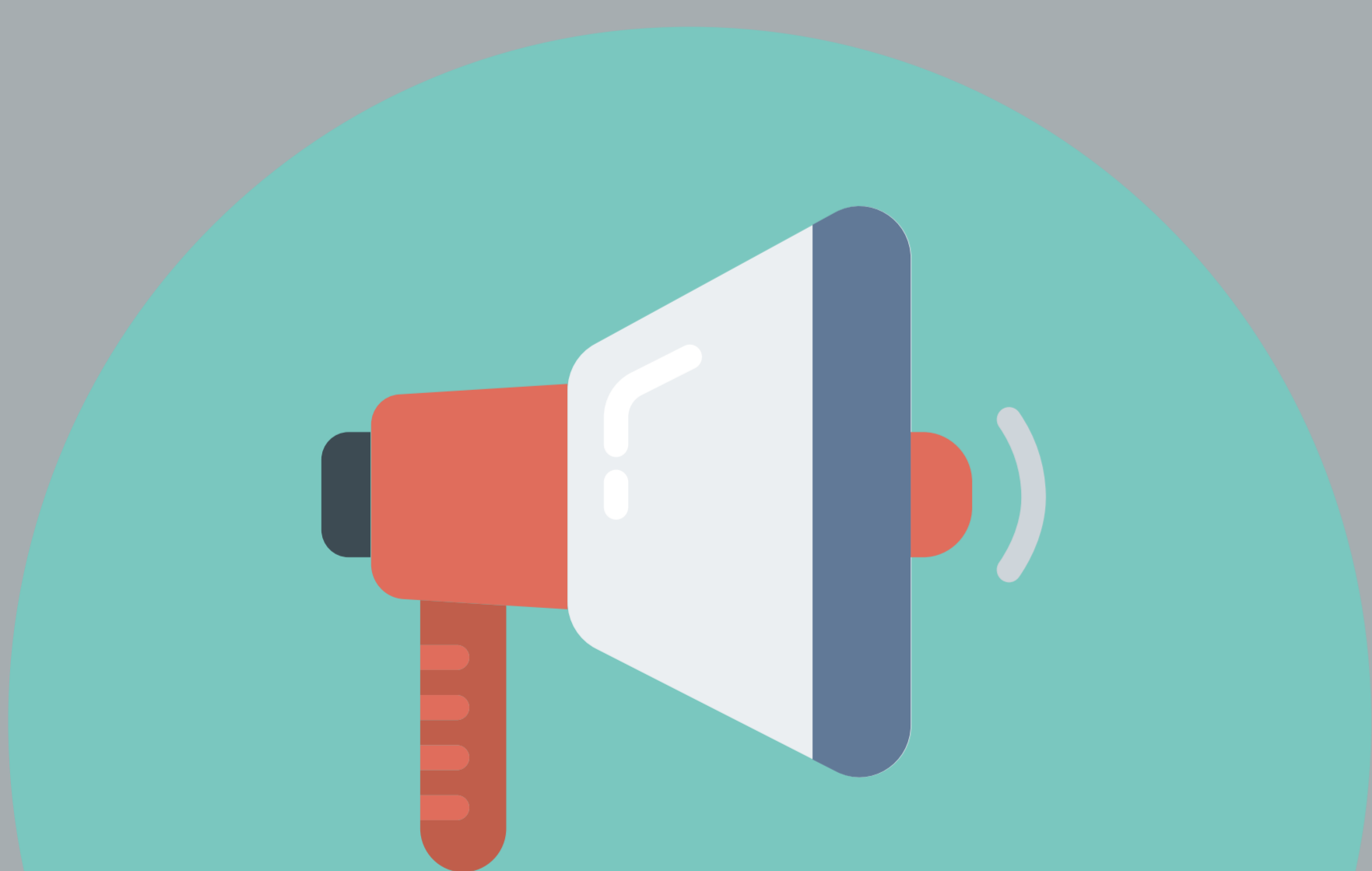
Repòs al llit



2 litres per dia



Paracetamol 6-8 hores,  
si cal



**RECORDA**

- Els antibiòtics no milloren els símptomes ni acceleren la curació de la grip.
- Si et cal, ves al metge d'atenció primària i evita anar a urgències.