

# H1N1 新型流感自我保健

## ◎ 平時如何預防 H1N1 新型流感？

- ✚ 勤洗手。
- ✚ 每天量體溫。
- ✚ 進出人多公共場所，須戴口罩。

## ◎ 旁人有 H1N1 新型流感症狀時該怎辦？

- ✚ 自己趕快戴上口罩。
- ✚ 與他(她)的距離最好保持在 2 公尺以上。
- ✚ 請他(她)去看醫生。

## ◎ 自己有 H1N1 新型流感症狀時該怎辦？

- ✚ 戴上口罩迅速就醫。
- ✚ 遵照醫師指示用藥。
- ✚ 不要上班、上課，在家多休息。
- ✚ 若須外出，一出門就要戴口罩。



## 預防 H1N1 新型流感 5 大撇步

勤洗手、量體溫

戴口罩、速就醫、發燒不到校