

# SCEGLI LA PREVENZIONE NON FARTI COGLIERE IMPREPARATO



## Contro l'influenza “FAI IL VACCINO”

**PROTEGGI LA TUA SALUTE E QUELLA DEGLI ALTRI**

### LA VACCINAZIONE

La vaccinazione antinfluenzale rappresenta un mezzo sicuro ed efficace per prevenire la malattia e le sue complicanze.

### IL VACCINO È EFFICACE E SICURO

Vaccinandoti proteggi te e chi ti sta vicino perché si riduce la circolazione del virus.

### È GRATUITA E NECESSARIA PER:

- Le persone che hanno superato i 65 anni
- Gli adulti e bambini con patologie croniche
- Le donne al secondo e terzo trimestre di gravidanza
- I familiari a contatto con soggetti ad alto rischio
- Gli operatori sanitari e di assistenza
- Gli addetti ai servizi di pubblica utilità
- Il personale a contatto con animali per motivi di lavoro

### DOVE E QUANDO VACCINARSI

Il periodo più indicato per la vaccinazione è compreso tra novembre e dicembre. Le vaccinazioni vengono effettuate, secondo un calendario prestabilito, negli ambulatori del Servizio Igiene e Sanità pubblica della Asl e dai Medici di medicina generale.



### PER INFORMAZIONI

- Rivolgiti al Servizio Igiene e Sanità Pubblica Asl di Sanluri - **Tel. 070 9359575 - 070 9359589** (tutti i giorni feriali dalle ore 9,00 alle ore 13,00)
- Chiedi al tuo medico di medicina generale o al tuo pediatra di libera scelta
- Visita il portale internet della Asl di Sanluri **[www.aslsanluri.it](http://www.aslsanluri.it)**

## PREVIENI LA DIFFUSIONE DELL'INFLUENZA

*Alcune semplici azioni che aiutano a prevenire la diffusione di malattie infettive in generale e quelle che si trasmettono per via aerea come l'influenza*

*Copri naso e bocca con un fazzoletto quando tossisci e starnutisci.*

*Lava spesso le mani con acqua e sapone, e in particolare dopo avere tossito e starnutito.*

*Evita di toccare occhi, naso e bocca con le mani non lavate; i germi, e non soltanto quelli dell'influenza, si diffondono in questo modo.*

*Rimani a casa se sei malato, evitando di intraprendere viaggi e di recarti al lavoro o a scuola, in modo da limitare contatti con altre persone.*