

**NORME IGIENICHE E CONSIGLI UTILI
per proteggersi
dall'influenza umana da nuovo virus A/H1N1**

**LE PRINCIPALI MISURE PRECAUZIONALI CONSIGLIATE
PREVEDONO NORME COMPORTAMENTALI E DI IGIENE
PERSONALE ED AMBIENTALE, DI CARATTERE “UNIVERSALE”,
OSSIA DA APPLICARE IN TUTTE LE FORME DI MALATTIA
TRASMISSIBILI A LIVELLO INTERUMANO.
TALI NORME DOVREBBERO FAR PARTE DELLE COMUNI
“ABITUDINI” DI VITA.**

- **Mantenere una buona igiene personale e lavarsi le mani dopo aver tossito, pulito e soffiato il naso.**
- **Tenere a disposizione fazzoletti di carta usa e getta con cui coprire la bocca e il naso quando si tossisce o starnutisce.**
- **Smaltire i fazzoletti, dopo il primo uso, nella spazzatura.**
- **Evitare di toccare occhi, naso e bocca.**
- **Per il lavaggio delle mani, utilizzare acqua e sapone liquido e carta per asciugarle, quando si utilizzano servizi igienici aperti al pubblico.**
- **Evitare l'uso promiscuo di asciugamani.**
- **Ove non disponibili acqua e sapone, per l'igiene e la disinfezione delle mani utilizzare disinfettanti liquidi o in gel o salviette detergenti\disinfettanti (utili anche per la pulizia di superfici).**

**SANITARY REGULATIONS AND USEFUL ADVICE
PROTECTION AGAINST THE HUMAN FLU CAUSED BY THE NEW VIRUS A/ H1N1**

**THE MAIN PRECAUTIONARY MEASURES TO BE TAKEN, PRESCRIBED BEHAVIOUR AND
STANDARD, UNIVERSAL PERSONAL HYGIENE RULES TO BE APPLIED IN CASE OF
ANY SOCIALLY TRANSMISSIBLE DISEASE. SUCH REGULATIONS SHOULD BE PART OF
DAILY “HABITS”**

- **Maintain good personal hygiene and wash hands after having coughed, cleaned and blown the nose.**
- **Keep disposable paper tissues at hand to cover mouth and nose when coughing or sneezing.**
- **Dispose of the tissues in the rubbish after use.**
- **Avoid touching eyes, nose and mouth.**
- **To wash hands, use water and liquid soap and paper to dry them, when utilizing public bathrooms.**
- **Towels must be used by one person only.**
- **If water and soap are not available, to safeguard hygiene and disinfection of the hands use liquid or gel disinfectants or cleansing/ disinfecting tissues**
- **The above mentioned tissues are useful to clean surfaces too.**