



Direcção-Geral da Saúde
www.dgs.pt



Ministério da Saúde

Nova estirpe de Vírus da Gripe

Se tiver sintomas de gripe (febre, tosse, dores nos músculos, falta de ar e, às vezes, diarreia ou vómitos), **evite qualquer contacto com outras pessoas e ligue para a Linha Saúde 24, através do número 808 24 24 24**. Para protecção de todos, siga as instruções que lhe forem dadas.

Se tiver sintomas:

1. Lave muitas vezes as mãos, com água e sabão.
2. Tape o nariz e a boca quando espirrar ou tossir, utilizando um lenço de papel. Deite-o no lixo logo a seguir.

Mais informações em www.dgs.pt



New Influenza virus

If you show flu symptoms (fever, cough, muscle pain, breath shortness and, sometimes, diarrhoea or vomiting) **avoid contact with other people and dial 808 24 24 24** (Call Centre "Saúde 24"). For protection of all, please follow the recommendations.

In case you develop symptoms:

1. Wash your hands frequently with soap and water.
2. Cover your nose and mouth, using a tissue, when coughing or sneezing. Dispose of dirty tissues promptly and carefully.

More information at www.dgs.pt



Le nouveau Virus de la Grippe

Direção-Geral da Saúde
www.dgs.pt



Ministério da Saúde

Si vous avez des symptômes de la grippe (fièvre, toux, douleurs musculaires, essoufflement et, parfois, diarrhée et vomissement) vous êtes priés **d'éviter tout contact avec d'autres personnes et appeler le numéro 808 24 24 24** (Ligne "Saúde 24"). Pour la protection de tous, suivez les instructions données.

Si vous présentez des symptômes:

1. Lavez vos mains souvent avec de l'eau et du savon.
2. Couvrez votre nez et votre bouche, avec un mouchoir de papier, lorsque vous toussiez ou éternuez, et, ensuite, jetez-le dans la poubelle.

Plus d'information sur www.dgs.pt



Nuevo Virus de la Gripe

Si tiene síntomas de gripe (fiebre, tos, dolores musculares, falta de aliento y, algunas veces, diarrea o vómitos) debe **protegerse del contacto con otras personas y llamar a la línea "Saúde 24", a través del número 808 24 24 24**. Para la protección de todos, siga las instrucciones que le sean dadas.

Si tiene síntomas:

1. Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón.
2. Cubra la nariz y boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar, y échelo a la basura.

Más información en www.dgs.pt