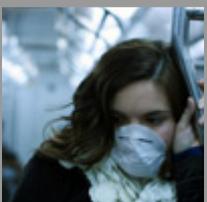


**Oltre alla vaccinazione, le altre 4 regole della prevenzione dell'influenza sono:**

	<b>1</b>	Lavarsi spesso le mani. In assenza di acqua, è consigliabile l'uso di gel alcolici.
	<b>2</b>	Coprire bocca e naso quando si starnutisce o tossisce. Usare preferibilmente fazzoletti di carta, gettandoli via subito dopo l'uso; in caso di fazzoletti di stoffa, evitare l'uso ripetuto, ma lavarli a temperatura molto alta (60 gradi).
	<b>3</b>	Restare in casa, già dai primi accenni di influenza (problemi respiratori, febbre...).
	<b>4</b>	Usare mascherine, se si hanno sintomi influenzali, quando ci si trova in ambienti sanitari come ospedali, ambulatori, ecc.