



A gripe é uma doença aguda viral que afecta predominantemente as vias respiratórias, que ocorre geralmente durante o Inverno, pelo que é designada por sazonal.

Algumas recomendações para prevenir a gripe

Lavar as mãos frequentemente, com água e sabão, em especial depois de se assoar, espirrar ou tossir.

Tapar o nariz e a boca, quando espirrar e tossir, com um lenço de papel ou com o braço e nunca com as mãos. O lenço de papel deve ser de imediato deitado no lixo.

Período Extra de Atendimento (desde 19 de Janeiro de 2015)

	Segunda a Sexta	Sábado	Domingo
Centro de Saúde Caldas da Rainha	19-22h	9-17h	-
Centro de Saúde Bombarral	19-22h	9-13h	9-17h
Serviço de Atendimento Permanente Nazaré	20-8h	14-8h	14-8h

Gripe

Informação

Tem sintomas de gripe?

- Febre
- Tosse
- Dores musculares
- Falta de ar

O que fazer?

- Se tiver febre, tome paracetamol. Não dê ácido acetilsalicílico às crianças.
- Em caso de persistência dos sintomas, ligue para a Linha Saúde 24 (808 24 24 24)



Siga as
recomendações
da Direcção Geral
da Saúde!

www.dgs.pt



Vacina da Gripe

A vacinação contra a gripe é fortemente recomendada para os grupos alvo prioritários, como pessoas com idade igual ou superior a 65 anos, doentes crónicos e imunodeprimidos com 6 ou mais meses de idade, grávidas, entre outros grupos de risco. Apesar da sua administração ser recomendada especialmente em Outubro / Novembro, pode ser feita até ao final do Inverno, podendo ainda dirigir-se à sua Unidade de Saúde.

Se tiver febre, pode tomar **paracetamol**.
Não dê ácido acetilsalicílico às crianças.



Em caso de persistência dos sintomas de gripe, ligue para a **Linha Saúde 24** (telefone n.º 808 24 24 24)



Poderá consultar o seu **médico assistente** no seu horário habitual de consulta. Caso não seja possível, pode fazê-lo no **período extra de atendimento** (informação no verso deste panfleto).