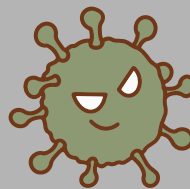




Осторожно: грипп !



СИМПТОМЫ ГРИППА :

**РЕЗКИЙ ПОДЪЁМ ТЕМПЕРАТУРЫ
ТЕЛА (38-49)**



**ГОЛОВНАЯ БОЛЬ,
ЛОМОТА В МЫШЦАХ И
СУСТАВАХ**



**БОЛЬ В ГОРЛЕ,
СУХОЙ КАШЕЛЬ**



**НАСМОРК ИЛИ
ЗАДЛЖЕННОСТЬ НОСА**



**СЛАБОСТЬ
УСТАЛОСТЬ**



**СИМПТОМЫ МОГУТ
СОХРАНЯТСЯ 5-7 ДНЕЙ**

КАК ПЕРЕДАЁТСЯ ГРИПП?



**ПРИ КАШЛЕ,
ЧИХАНИИ,
РАЗГОВОРЕ**

**ЧЕРЕЗ ЗАГРЯЗНЕННЫЕ РУКИ
И ПРЕДМЕТЫ**



**ПРИ БОЛЕЗНИ ЗА 1-2
ДНЯ ДО ПОЯВЛЕНИЯ
СИМПТОМОВ**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ :

- 1.ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА, НЕ ВЫХОДИТЕ В ОБЩЕСТВЕННЫЕ МЕСТА
- 2.ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ, НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ
- 3.СОБЛЮДАЙТЕ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
- 4.ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ТЁПЛОЙ ЖИДКОСТИ
- 5.ПРИНИМАЙТЕ ЛЕКАРСТВА ТОЛЬКО ПО НАЗНАЧЕНИЮ ВРАЧА

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ?

**СДЕЛАЙТЕ
ПРИВИВКУ
ВАКЦИНАЦИЯ -
САМЫЙ
ЭФФЕКТИВНЫЙ
СПОСОБ
ЗАЩИТЫ**

**РЕГУЛЯРНО
МОЙТЕ РУКИ С
МЫЛОМ ИЛИ
ИСПОЛЬЗУЙТЕ
АНТИСЕПТИК**

**ИЗБЕГАЙТЕ
ТЕСНЫХ
КОНТАКТОВ
С ЛЮДЬМИ, У
КОТОРЫХ ЕСТЬ
СИМПТОМЫ
ЗАБОЛЕВАНИЯ**

**ИСПОЛЬЗУЙТЕ
МАСКУ
ПРИ КОНТАКТЕ С
БОЛЬНЫМ
ЧЕЛОВЕКОМ**

**ПРОВЕТРИВАЙТЕ
ПОМЕЩЕНИЕ
НЕСКОЛЬКО РАЗ
В ДЕНЬ**

ВАЖНО!

- ПРИЁМ АНТИБИОТИКОВ ТОЛЬКО ПО НАЗНАЧЕНИЮ ВРАЧА

**ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА -
ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА
ДЛЯ ВАС И ВАШИХ
БЛИЗКИХ!**

