



ОПАСНО! ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источник инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

СИМПТОМЫ



Повышение
температуры
тела



Головная
боль



Ломота
и мышечная
боль в суставах



Покраснение
в горле



Сухой
кашель
и затрудненное
учащенное
дыхание



Слабость



Холоднокровные
расстройства
(бледнота,
дрожь, потливость)



Боль
при движении
глаз, слезотечение,
острое покраснение
на свет

ПРОФИЛАКТИКА



Вести
здоровый
образ жизни



Регулярно
мыть руки
с мылом или
дезинфицирующим
средством



Использовать
одноразовые
салфетки при
чихании
и кашле



Своевременно
вакцинироваться*



Избегать
большого
скопления
людей



Избегать
контактов
с больными

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



Оставаться дома
и соблюдать
постельный
режим



Не заниматься
самолеечением,
а вызвать
врача



Использовать
средства
индивидуальной
защиты



Обильное
потребление
теплой
жидкости



Проводить
влажную
уборку



Проветривать
помещение

*Возрастные группы прививаемых лиц с 5-летнего возраста в соответствии с национальным календарем профилактических прививок против Гриппа Российской Федерации от 21.03.2014 № 125н-ФЗ утверждены: Национального календаря профилактических прививок и календаря профилактических прививок по эпидемическому положению.

ГРИПП: СИМПТОМЫ И ПРОФИЛАКТИКА

Грипп – это инфекционное заболевание, возбудителем которого мы можем не заразиться!

Действительно, возбудитель гриппа распространяется воздушно-капельным путем.

СИМПТОМЫ ГРИППА



ЧТО ДЕЛАТЬ?

САМОЛЕЧЕНИЕ ПРИ ГРИППЕ НЕДОПУСТИМО!

Именно врач должен назначить лечение, учитывая все особенности вашего организма.

ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ 38 – 39 °C

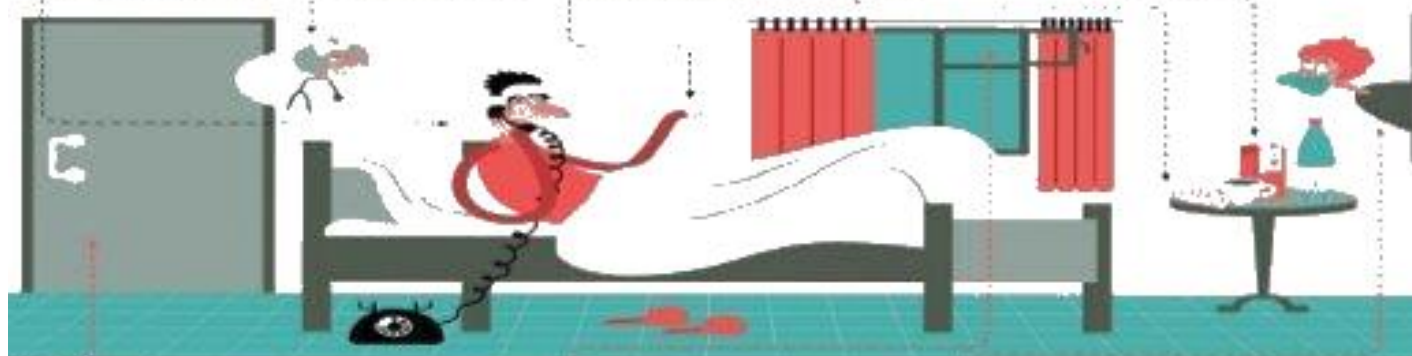
используйте только медицинский градусник, а не бытовой термометр, и обращайтесь к врачу!

КРАЙНЕ ОПАСНО ПЕРЕНОСИТЬ ГРИПП НА НОГАХ!

Этого можно избежать, если лечиться в постельном режиме.

Человек, заболевший гриппом, должен:

- Снизить влажность в комнате и соблюдать режим сна.
- Выполнять все рекомендации лечащего врача.
- При кашле и чихании прикрывать рот и нос платком.
- Одновременно принимать лекарства.
- Питаться как можно больше жидкостью.



- Не использовать для приготовления пищи и питья сырую воду. Изредка можно использовать только кипяченую воду.
- Регулярно проветривать помещение, где находится больной.
- При усталости избегать физических нагрузок и стрессов.

Если вы заболели гриппом, обязательно соблюдайте все рекомендации врача, принимайте лекарства только по назначению.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ ГРИППА?

Наиболее эффективное средство от гриппа – прививка!

- Если вы, как можно раньше прививаетесь, вы предотвратите развитие гриппа, бронхита, пневмонии и других болезней дыхательной системы и легких.
- Прививка может снизить риск осложнений.
- Прививка снижает риск заражения гриппом и предотвращает развитие болезни.
- Прививка предотвращает развитие осложнений, таких как пневмония, бронхит, отит и др.
- Прививка предотвращает развитие осложнений, таких как пневмония, бронхит, отит и др.
- Прививка предотвращает развитие осложнений, таких как пневмония, бронхит, отит и др.
- Прививка предотвращает развитие осложнений, таких как пневмония, бронхит, отит и др.
- Прививка предотвращает развитие осложнений, таких как пневмония, бронхит, отит и др.

Прививка от гриппа – это не только защита от гриппа, но и защита от осложнений, таких как пневмония, бронхит, отит и др.