

Вместе против гриппа

Грипп – острое инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем.

Источником заражения является больной человек. Заражение происходит при непосредственном общении с больным: при разговоре, чихании, кашле. Возможно передача вирусов через предметы личной гигиены и посуду.

Как проявляется грипп?

В типичных случаях болезнь начинается внезапно: повышается температура до 38-40 градусов, появляется озноб, сильная головная боль, головокружение, боль в глазных яблоках и мышцах, слезоточивость и резь в глазах.

Как защитить себя и окружающих?



* При чихании и кашле прикрывайте нос и рот носовым платком



* Своевременно сделайте прививку против ГРИППА



* Мойте руки с мылом, особенно после прихода с улицы



* Избегайте объятий, поцелуев



* Старайтесь не трогать глаза, нос или рот немытыми руками



* Избегайте мест большого скопления



Если у Вас имеются симптомы гриппа:

* Держитесь на расстоянии не менее 1 метра от окружающих



* Немедленно обращайтесь за медицинской помощью



* Соблюдайте постельный режим

**ПОМНИТЕ, ЧТО ПРЕДУПРЕДИТЬ ГРИПП ЛЕГЧЕ,
ЧЕМ ЛЕЧИТЬ**