



ДОКТОРА ПРЕДУПРЕЖДАЮТ

Чтобы не заболеть гриппом

Мой руки тщательно и часто с мылом, после туалета и прогулки на улице

Каждый день проветривай свою комнату и делай влажную уборку

Носи маску

Занимайся спортом

Питайся правильно: кушай больше овощей и фруктов

Сли не менее 8 часов в день

ПРОФИЛАКТИКА ВО ВРЕМЯ ЭПИДЕМИЧЕСКОГО ПОДЪЕМА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ОРВИ И ГРИППОМ

Важно знать, что ОРВИ и грипп передаются от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

ПРОФИЛАКТИКА - ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ОТ ОРВИ И ГРИППА

- Избегайте мест массового скопления людей (магазины, кинотеатры, театры и т.д.).
- В общественных местах защищайте дыхательные пути (маск и респиратор), держите платок.
- Избегайте рукопожатий и поцелуев.
- Избегайте рукопожатий, пожимания плеча, объятий.
- Избегайте рукопожатий, пожимания плеча, объятий.
- Избегайте рукопожатий, пожимания плеча, объятий.

Если же почувствовали недомогание — оставайтесь дома, вызовите врача! Не подвергайте риску заражения окружающих!

ВАКЦИНАЦИИ ПРОТИВ ГРИППА - ЭТО ВЫГОДА

Грипп и другие острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) являются наиболее распространенными причинами заболеваемости населения. Эти инфекции вызываются вирусами гриппа, парагриппа, аденовирусами, риновирусами, коронавирусами и др.

Симптомы гриппа: высокая температура, головная боль, ломота в теле, кашель, насморк, першение в горле, слабость.

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ И ДРУГИХ

Особенно опасен грипп для пожилых людей, людей с хроническими заболеваниями, беременных женщин, детей.

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.

МЕДИЦИНСКАЯ МАСКА

ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОДНОРАЗОВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.

ПАМЯТКА

Чтобы избежать эпидемиологического риска при использовании маски:

- Надевайте маску правильно.
- Не касайтесь маски руками.
- Не снимайте маску неправильно.
- Не используйте маску повторно.
- Не используйте маску повторно.

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.

КОРОНАВИРУС

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.

ГРИПП МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ!

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.

Меры профилактики

Важно знать, что грипп передается от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

Вакцинация против гриппа — это выгодно:

- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.
- Вакцинация против гриппа — это выгодно.