

ВНИМАНИЕ -

ГРИПП!

Грипп – острое инфекционное заболевание, вызываемое вирусом гриппа.

Распространяется воздушно-капельным путем и контактно-бытовым (через предметы обихода, на которые вирус попадает во время кашля и чихания больного). Опасен из-за развития множества осложнений с угрозой смертельного исхода.

КАК РАСПОЗНАТЬ?

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ БОЛЕЗНИ:

головная
больболи
в мышцахповышение
температуры
до 38,5 – 40°C

кашель

боль
в горле

насморк

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ.....

не переносите
грипп на ногахоставайтесь дома
и вызовите врача на домне выходите из дома
до полного выздоровленияиспользуйте
одноразовый носовой
платок или салфетку
при чихании и кашлепроводите
влажную уборку с
дезинфицирующими
средствами проветривайте
комнаты чащенадевайте маску при
контакте со здоровыми
людьми, меняя её
каждые 2 часа

КАК НЕ ЗАБОЛЕТЬ ГРИППОМ?



ЛУЧШИЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА - ВАКЦИНАЦИЯ

ДЕЛАЙТЕ СВОЕВРЕМЕННО ПРИВИВКУ ПРОТИВ ГРИППА

- Иммунитет вырабатывается через 3-4 недели после прививки
- Вакцинация от гриппа проводится бесплатно, в поликлиниках по месту прикрепления
- Перед вакцинацией обязанжен осмотр врача
- Для вакцинации детей в рамках национального календаря используют высокоочищенную инактивированную противогриппозную вакцину «СОВИГРИПП»*

ЗАЩИТИ СЕБЯ И БЛИЗКИХ – СДЕЛАЙ ПРИВИВКУ!

*Подробнее о вакцине «СОВИГРИПП»

- содержит высокоочищенные антигены вируса гриппа (разрушенные частицы вируса, неспособные к размножению). Заболеть гриппом в результате вакцинации невозможно!
- содержит иммуномодулятор Совидон, активирующий иммунитет на борьбу с вирусом
- имеет доказанную клиническими исследованиями безопасность
- формирует устойчивый и продолжительный иммунитет
- показана детям с 6 месяцев, взрослым без ограничения возраста, беременным женщинам во II-III триместре

ПОВЫШАЙТЕ СВОИ ЗАЩИТНЫЕ СИЛЫ

- Правильное питание
- Активный образ жизни
- Полноценный сон
- Режим дня
- Позитивный настрой
- Витаминно-минеральные комплексы в эпидсезон

В ПЕРИОД ЭПИДЕМИЧЕСКОГО НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ

ИЗБЕГАЙТЕ:

- общения с людьми, имеющими признаки заболевания (насморк, чихание, кашель, повышенная температура тела)
- мест массового скопления людей
- объятий, поцелев и рукопожатий
- прикосновения к глазам, носу и рту немытыми руками

РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

- использовать одноразовые маски при посещении общественных мест
- мыть руки с мылом тщательно и часто
- обрабатывать руки дезинфицирующими салфетками, содержащими спирт
- проводить чаще влажную уборку и проветривание помещений, гулять на свежем воздухе

