



ПРОФИЛАКТИКА БОЛЕЗНЕЙ

ГРИПП и ОРВИ

ГРИПП – это острое инфекционное заболевание дыхательных путей, вызываемое вирусом гриппа.

СИМПТОМЫ



ПРОФИЛАКТИКА



Ведите здоровый образ жизни



Делайте прививку до начала эпидемии



Используйте одноразовые салфетки



Регулярно мойте руки с мылом



Избегайте контактов с больным



Улыбайтесь!

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



Вызвать врача



Соблюдать постельный режим



Проветривать помещение



Использовать средства защиты



Пить много теплой жидкости