



# ОПАСНО, ГРИПП!!!



**Грипп** – это острая вирусная инфекционная болезнь с воздушно-капельным путем передачи возбудителя. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих, заболеть может любой человек.

## СИМПТОМЫ ГРИППА



Резкий подъем температуры тела



Сухой кашель, насморк



Головная боль



Боль, жжение в горле



Слабость, снижение аппетита, тошнота, возможна рвота



Озноб, ломота в мышцах, суставах, боль в глазных яблоках

## ЗАБОЛЕЛ, ЧТО ДЕЛАТЬ?



Оставаться дома, соблюдать постельный режим



Использовать индивидуальные средства защиты



Немедленно вызвать врача



Употреблять большое количество жидкости (вода, травяные чаи, морс)



Не заниматься самолечением



Проветривать помещение, проводить влажную уборку

## ПРОФИЛАКТИКА!!!



Своевременно вакцинироваться



Избегать контактов с больным



Вести здоровый образ жизни



Регулярно мыть руки



Избегать большого скопления людей



Использовать одноразовые салфетки при чихании или кашле