



# ОПАСНО! ГРИПП



Грипп - это инфекционное заболевание дыхательных путей, передающееся воздушно-капельным путем. Источником инфекции - больной человек, который опасен для окружающих до 7 дней от начала заболевания.

## СИМПТОМЫ



РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ  
ТЕЛА



ГОЛОВНАЯ  
БОЛЬ



ЛОМОТА  
И БИЦА  
И СУСТАВАХ



БОЛЬ, ЖЕЖЕНИЕ  
В ГОРЛЕ



СУХОЙ  
КАШЕЛЬ  
И ЗАТРУДНЕННОЕ,  
УЧАЩЕННОЕ  
ДЫХАНИЕ



СЛАБОСТЬ



ЖЕЛОДочно-  
КИШЕЧНЫЕ  
РАСТРОЙСТВА  
(ПОДНОТА,  
ПРОЖА, ПОНОС)



БОЛЬ  
ПРИ ДВИЖЕНИИ  
ГЛАЗ, ВКЛЮЧАЯ  
ОСТРУЮ РЕАКЦИЮ  
НА СВЕТ

## ПРОФИЛАКТИКА



ВЕСТИ  
ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



РЕГУЛЯРНО  
МЫТЬ РУКИ  
С МЫЛОМ ИЛИ  
ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ  
СРЕДСТВОМ



ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ  
И КАШЛЕ



СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ\*



ИЗБЕГАТЬ  
БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ  
ЛЮДЕЙ



ИЗБЕГАТЬ  
КОНТАКТОВ  
С БОЛЬНЫМИ

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



ОСТАВАТЬСЯ ДОМА  
И СОБЛЮДАТЬ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ  
РЕЖИМ



НЕ ЗАНИМАТЬСЯ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ,  
А ВЫЗВАТЬ  
ВРАЧА



ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ  
ЗАЩИТЫ



ОБИЛЬНОЕ  
ПОТРЕПЛЕНИЕ  
ТЕПЛОЙ  
ЖИДКОСТИ



ПРОВОДИТЬ  
ВЛАЖНОЮ  
УБОРКУ



ПРОВОЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ