



Защити себя от ГРИППА!

Грипп - острая вирусная болезнь с воздушно-капельным путем передачи. Заражение так же возможно через предметы домашнего обихода, на которые попадает вирус от больного человека.

Симптомы:

внезапное начало, головная боль, озноб, резкое повышение температуры, ломота в мышцах и суставах, насморк, слезотечение, слабость.

Профилактика:

Соблюдать правила личной гигиены.



Проводить влажную уборку



Избегать мест массового скопления людей



Регулярно бывать на свежем воздухе



Укреплять иммунитет



Ежегодно делать прививку против гриппа

Но если все - таки появились первые симптомы заболевания:



, изолировать больного и вызвать врача.

Берегите себя и своих близких!