

ПРОФИЛАКТИКА

ВО ВРЕМЯ ЭПИДЕМИЧЕСКОГО ПОДЪЕМА
ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ
ОРВИ И ГРИППОМ



Важно знать, что ОРВИ и грипп передаются от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем

ПРОФИЛАКТИКА – ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ОТ ОРВИ И ГРИППА



- Избегайте мест массового скопления людей (магазинов, кинотеатров, театров и т.д.)
- В общественных местах защищайте дыхательные пути (нос и рот) маской, одноразовым платком



- Тщательно мойте руки
- Проветривайте помещения, проводите влажную уборку



- Употребляйте в пищу белковые продукты, лук и чеснок, фрукты, витамины



Если почувствовали недомогание - оставайтесь дома, вызовите врача!

Не подвергайте риску заражения окружающих!