



грипп

это острое вирусное заболевание.

Как можно заразиться?

Заражение происходит от больного человека к здоровому при кашле, чихании, т.е. воздушно-капельным путём, а также при пользовании общей посудой, игрушками и т.д.

Как проявляется?

Острое начало, повышение температуры до 38°C и выше, боли в мышцах, глазных яблоках, суставах, головная боль, кашель, боль в горле, насморк.

Как защитить себя и окружающих?

- Как можно чаще проветривать помещение, делать влажную уборку;
- Надевать маску;
- Сделать профилактическую прививку против гриппа
- Часто мыть руки с мылом в течении 20 секунд
- Кашлять и чихать в салфетку или руку;
- Не подходить к больным ближе, чем на полтора- два метра;
- Заболевшие должны оставаться дома (не посещать учебное учреждение);
- Воздержаться от посещения мест скопления народа (театры, магазины);