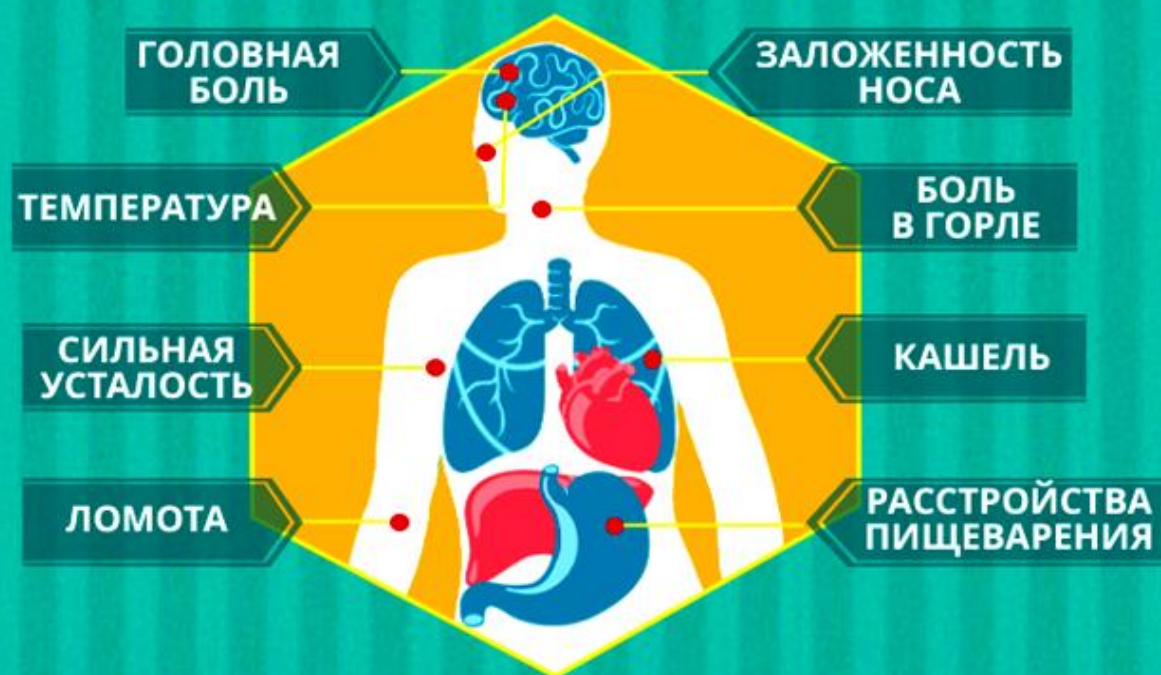


# ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



## СИМПТОМЫ:



# КТО В ГРУППЕ РИСКА?

В ТЕЧЕНИЕ СЕЗОННОГО ПОДЪЕМА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ГРИППОМ  
НАИБОЛЕЕ ТЯЖЕЛО БОЛЕЗНЬ ПРОТЕКАЕТ У СЛЕДУЮЩИХ ГРУПП:



ДЕТИ ДО 2-Х ЛЕТ  
(ОСОБЕННО ДО  
6 МЕСЯЦЕВ)



ПОЖИЛЫЕ ЛЮДИ  
(СТАРШЕ 65 ЛЕТ)



ЛЮДИ, СТРАДАЮЩИЕ  
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ  
ЗАБОЛЕВАНИЯМИ,  
АСТМОЙ, ДИАБЕТОМ



ЛЮДИ С ОСЛАБЛЕННЫМ  
ИММУНИТЕТОМ,  
БОЛЬНЫЕ РАКОМ, ВИЧ-  
ИНФЕКЦИЕЙ

ГРИППОМ МОЖЕТ ЗАБОЛЕТЬ ЛЮБОЙ ЧЕЛОВЕК, НЕСМОТря НА  
ВОЗРАСТ, ПОЛ, УСЛОВИЯ ЖИЗНИ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

# МОЙТЕ РУКИ!



**СМОЧИТЕ РУКИ В  
ТЕПЛОЙ ВОДЕ**



**ВОЗЬМИТЕ МЫЛО**



**В ТЕЧЕНИЕ 20 СЕКУНД  
ХОРОШЕНЬКО  
НАМЫЛЬТЕ РУКИ**



**СМОЙТЕ ОСТАТКИ МЫЛА**



**ВОСПОЛЬЗУЙТЕСЬ  
ПОЛОТЕНЦЕМ**

# ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



**ПРИВИВАЙТЕСЬ**



**МОЙТЕ РУКИ**



**ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ**



**ЗАНИМАЙТЕСЬ ФИЗКУЛЬТУРОЙ**



**ХОРОШО ВЫСПАЙТЕСЬ**



**ПОЛЬЗУЙТЕСЬ АНТИСЕПТИКОМ**



**НЕ КАШЛЯЙТЕ НА ПРОХОЖИХ**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**



**УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ О ГРИППЕ И МЕТОДАХ ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ**