

# 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, НЕСМОТРА 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 ВЫСЫПАЙТЕСЬ



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ  
АНТИСЕПТИКОМ



НЕ КАШЛЯЙТЕ НА  
ПРОХОЖИХ



РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ  
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ



УЗНАЙТЕ БОЛЬШЕ  
О ГРИППЕ И МЕТОДАХ  
ЕГО ПРОФИЛАКТИКИ