

«УТРЕМ» НОС ГРИППУ!



Самым эффективным способом профилактики гриппа является вакцинация.

Прививки делаются за 2 – 3 недели до начала роста заболеваемости.

Детям прививки делают в школах и только с письменного разрешения родителей.



- ♦ Часто мойте руки!
- ♦ В общественных местах надевайте маску и перчатки.
- ♦ Избегайте мест массового скопления людей, и контактов с заболевшими людьми.
- ♦ Проветривайте помещения, проводите влажную уборку с дезинфицирующими средствами.
- ♦ Чтобы «чихать» на вирус научитесь чихать правильно!



ЕСЛИ ВЫ ИЛИ РЕБЕНОК ЗАБОЛЕЛИ, ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА, ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА ИЛИ СКОЮ ПОМОЩЬ. НЕ ВЫХОДИТЕ НА УЛИЦУ. НЕ ПОСЕЩАЙТЕ ОБЩЕСТВЕННЫЕ МЕСТА. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ СПОРТОМ. НЕ ПЬЙТЕ АЛКОГОЛЬ. НЕ КУРИТЕ. НЕ ПЬЙТЕ НЕОБЫЧНЫЕ НАПИТКИ. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ.