

# ПРОФИЛАКТИКА



ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ



**СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ\***



РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ  
ИЛИ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ СРЕДСТВОМ



**ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ  
С БОЛЬНЫМИ**



ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ



**ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ**

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



ОСТАВАТЬСЯ ДОМА  
И СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



ОБИЛЬНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ  
ТЕПЛОЙ ЖИДКОСТИ



**НЕ ЗАНИМАТЬСЯ САМОЛЕЧЕНИЕМ,  
А ВЫЗВАТЬ ВРАЧА**



ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ  
УБОРКУ



ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ



ПРОВЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ