

# 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**