

Грипп – это острое респираторное
инфекционное заболевание,
возбудителем которого являются
вирусы гриппа нескольких типов
(А, В и С).



Избегайте многолюдных
мест или сократите время
пребывания в
многолюдных местах.



Избегайте близкого
контакта с заболевшими
людьми.



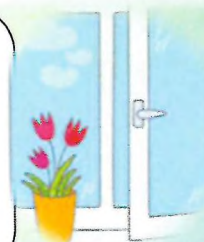
ГРИПП
Я ЗЛОЙ ВИРУС

Вакцинация.

Используйте
защитные маски
при контакте с
больным
человеком.



Увеличьте приток
свежего воздуха в
жилые помещения,
как можно чаще
открывайте окна.



Старайтесь не
прикасаться ко
рту и носу.



Соблюдайте гигиену рук – чаще
мойте руки водой с мылом или
используйте средство для
дезинфекции рук на спиртовой
основе.



Придерживайтесь здорового образа
жизни: полноценный сон,
рациональное питание, физическая
активность, регулярные прогулки
на свежем воздухе.

