



# ПОЧЕМУ ВАМ НЕОБХОДИМА ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА

## ГРИППОМ ЛЕГКО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ОДИН ЗАБОЛЕВШИЙ МОЖЕТ ЗАРАЗИТЬ ДО 40 ЗДОРОВЫХ ЛЮДЕЙ
- МАКСИМАЛЬНАЯ ОПАСНОСТЬ ЗАРАЖЕНИЯ – В СЕМЬЕ, В КОЛЛЕКТИВЕ, В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ

## ГРИПП ОПАСЕН СВОИМИ ОСЛОЖНЕНИЯМИ

- ВОСПАЛЕНИЕМ ЛЕГКИХ (ПНЕВМОНИЕЙ)
- ВОСПАЛЕНИЕМ БРОНХОВ (БРОНХИТОМ)
- ВОСПАЛЕНИЕМ СРЕДНЕГО УХА (ОТИТОМ)
- ВОСПАЛЕНИЕМ СЕРДЕЧНОЙ МЫШЦЫ (МИОКАРДИТОМ)
- ВОСПАЛЕНИЕМ МОЗГА И ЕГО ОБОЛОЧЕК (МЕНИНГИТОМ, МЕНИНГОЭНЦЕФАЛИТОМ)
- ОБОСТРЕНИЕМ ИМЕЮЩИХСЯ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

## В ГРУППЕ ПОВЫШЕННОГО РИСКА

- ДЕТИ В ВОЗРАСТЕ ОТ 6 МЕСЯЦЕВ ДО 3 ЛЕТ
- ДЕТИ И ВЗРОСЛЫЕ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ
- ЛИЦА В ВОЗРАСТЕ СТАРШЕ 65 ЛЕТ
- ЛИЦА С ИММУНОСУПРЕССИЕЙ
- БЕРЕМЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ (ОСОБЕННО 2 И 3 ТРИМЕСТР)
- МЕДИЦИНСКИЕ, ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЕ РАБОТНИКИ
- РАБОТНИКИ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ, ТОРГОВЛИ, СФЕРЫ ОБСЛУЖИВАНИЯ, КОМУНАЛЬНЫХ СЛУЖБ, ТРАНСПОРТА

## У ПРИВИТОГО ЧЕЛОВЕКА

## ВЕРОЯТНОСТЬ ЗАБОЛЕТЬ МИНИМАЛЬНА

В СЛУЧАЕ ЗАРАЖЕНИЯ БОЛЕЗНЬ БУДЕТ ПРОТЕКАТЬ В ЛЕГКОЙ ФОРМЕ БЕЗ ОСЛОЖНЕНИЙ

**ПРИВИВКА ПРОТИВ ГРИППА –  
ВАШ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР**

# ГРИПП: ЭКСПРЕСС-ПАМЯТКА

Грипп - острое инфекционное заболевание, передающееся воздушно-капельным путем. Источником заражения является больной человек. Заражение происходит при непосредственном общении с больным: при разговоре, чихании, кашле

**В период повышенной угрозы  
заболевания гриппом необходимо**



Ведите здоровый образ жизни и закаляйтесь (высыпайтесь, правильно питайтесь, побольше двигайтесь)



Используйте рекомендованные врачом средства для оптимизации местного и системного иммунитета



Возвратившись с улицы, мойте с мылом не только руки, но и лицо



Соблюдайте масочный режим, избегайте объятий, поцелуев

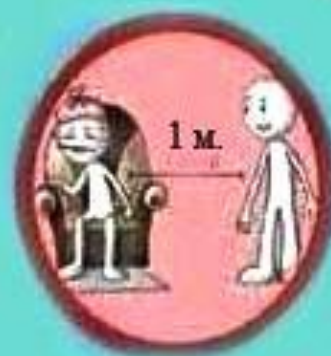


Старайтесь не трогать глаза, нос и рот немытыми руками



Избегайте мест массового скопления людей

## ЕСЛИ У ВАС СИМПТОМЫ ГРИППА



Держитесь на расстоянии не менее 1 м. от окружающих



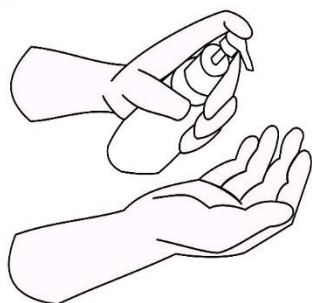
Немедленно обращайтесь за медицинской помощью. Ни в коем случае не занимайтесь самолечением



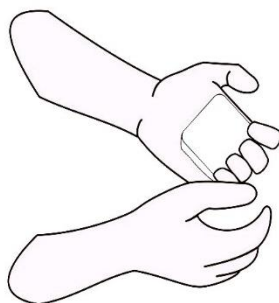
Строго выполняйте все врачебные рекомендации. Соблюдайте постельный режим

# "СТ **ГРИПП** П, ГРИПП!"

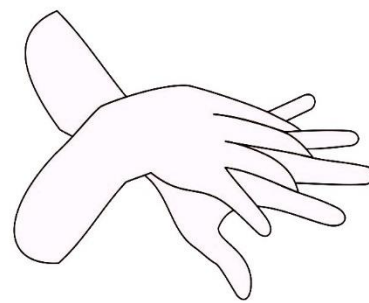
мытьё рук и личная гигиена уменьшают риск заболевания гриппом



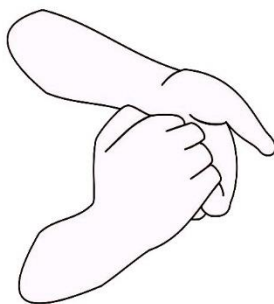
**или**



1. Нанеси мыло на руки и сначала распредели между ладонями



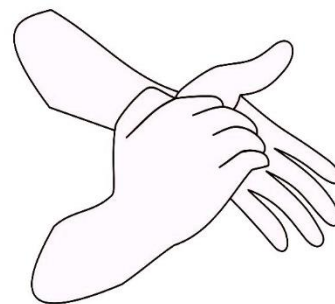
2. Затем по тыльной стороне кистей рук и между пальцами



3. Сцепи пальцы рук и соверши несколько втирающих движений



4. Обхвати большой палец и сделай несколько вращательных движений кистью



5. Потри кончиками пальцев о противоположную ладонь. Повтори п. 4-5 другой рукой

6. Тщательно смой мыло и просуши руки бумажным полотенцем или феном

## "Чтобы "чихать" на вирус - научись чихать правильно!"



Неправильно чихать, прикрываясь рукой



**или**



Правильно чихать, прикрываясь платком, локтем или плечом