



ОСТОРОЖНО! ГРИПП!

СИМПТОМЫ

**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ**

**ЛОМОТА
В МЫШЦАХ
И СУСТАВАХ**

СЛАБОСТЬ



**ГОЛОВНАЯ
БОЛЬ**

**БОЛЬ
В ГОРЛЕ**

**СУХОЙ
КАШЕЛЬ**

ПРОФИЛАКТИКА

Вести здоровый образ жизни: полноценный сон, здоровая пища, физическая активность.

Регулярно и тщательно мыть руки с мылом или дезинфицирующими средствами, использовать антибактериальные салфетки.

Избегать мест массового скопления людей в сезон повышенной заболеваемости.

Избегать контактов с больными людьми.

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ

Оставайтесь дома и не выходите на работу, в школу и другие общественные места

Соблюдайте постельный режим

СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ

СЕЗОН ВАКЦИНАЦИИ ОТ ГРИППА СЕНТЯБРЬ-НОЯБРЬ

Применение прививки против гриппа снижает уровень заболеваемости, способствует уменьшению тяжести заболевания, предупреждает развитие тяжелых осложнений и смертельных исходов.

Иммунитет после введения вакцины формируется через 14 дней и сохраняется в течение всего сезона.

Министерство здравоохранения Пензенской области