



# ГРИПП МОЖНО ПРЕДУПРЕДИТЬ! ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

**САМЫМ ЭФФЕКТИВНЫМ СПОСОБОМ ПРОФИЛАКТИКИ  
ЯВЛЯЕТСЯ ВАКЦИНАЦИЯ.**

Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно.

## ПОЧЕМУ НУЖНА ВАКЦИНАЦИЯ ОТ ГРИППА:



ГРИПП  
ОЧЕНЬ ЗАРАЗЕН



БЫСТРО  
РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ



Оптимальное время  
для вакцинации –  
сентябрь – ноябрь.



ВЫЗЫВАЕТ  
СЕРЬЕЗНЫЕ  
ОСЛОЖНЕНИЯ



ПРОТЕКАЕТ  
НАМНОГО ТЯЖЕЛЕЕ  
ДРУГИХ ОРВИ



**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**

**Ваш Роспотребнадзор**



# ВАКЦИНАЦИЯ СНИЖАЕТ РИСК ОСЛОЖНЕНИЙ

## Почему нужна вакцинация от гриппа:



ГРИПП ОЧЕНЬ ЗАРАЗЕН



БЫСТРО РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ



ВЫЗЫВАЕТ СЕРЬЕЗНЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ



ПРОТЕКАЕТ НАМНОГО ТЯЖЕЛЕЕ ДРУГИХ ОРВИ

ОПТИМАЛЬНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ВАКЦИНАЦИИ – СЕНТЯБРЬ – НОЯБРЬ.

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!**



**Ваш Роспотребнадзор**



# ГРИПП ЗАРАЗЕН



**НОСИТЕ МАСКИ ПРАВИЛЬНО!**

*Ваш Роспотребнадзор*



# ГРИПП ЗАРАЗЕН

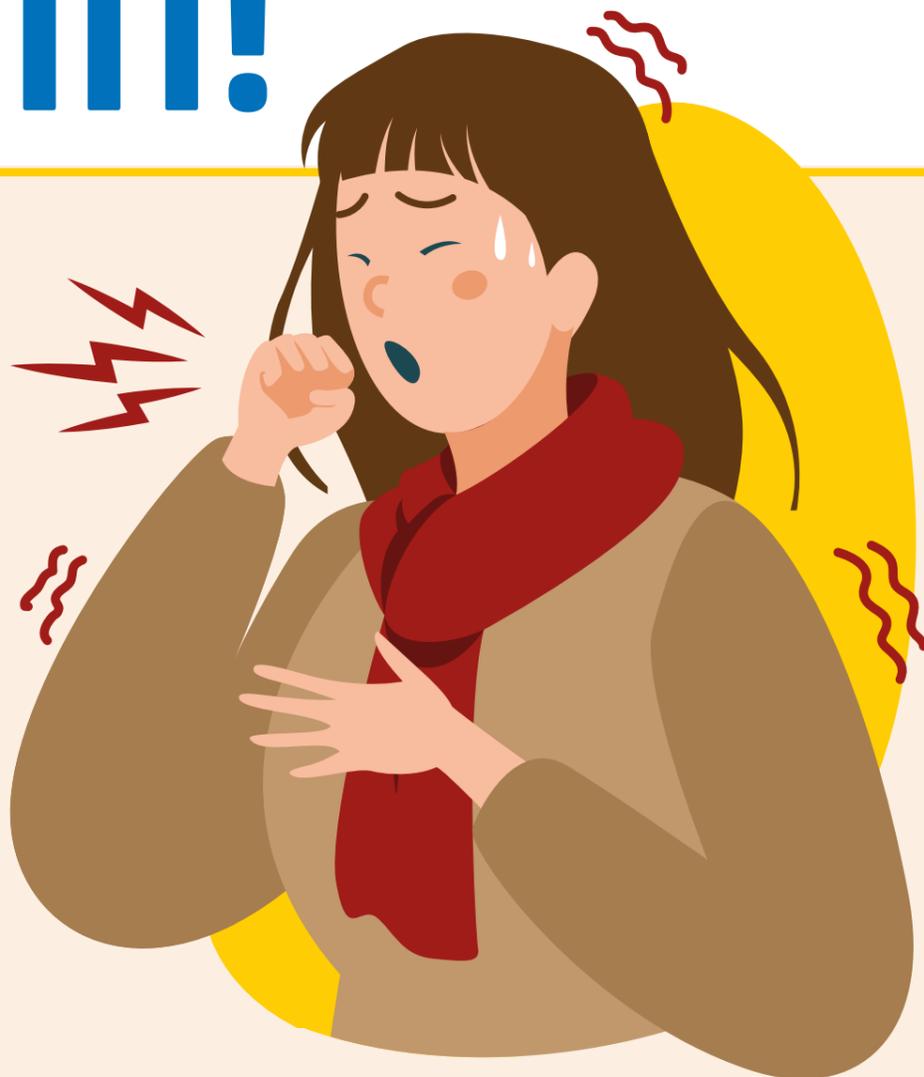
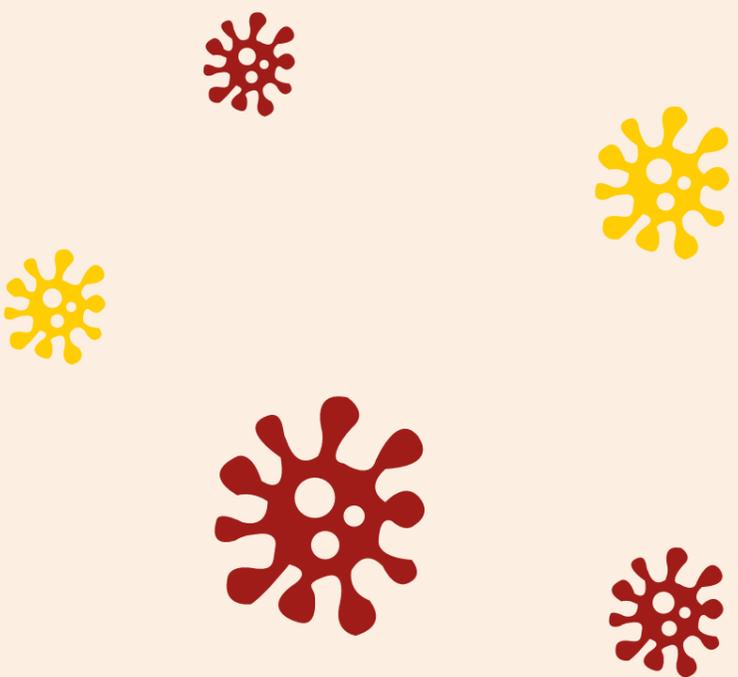


**НОСИТЕ МАСКИ ПРАВИЛЬНО!**

*Ваш Роспотребнадзор*



# ОСТОРОЖНО: ГРИПП!



## СИМПТОМЫ



ЖАР,  
ОЗНОБ



КАШЕЛЬ, БОЛЬ  
ИЛИ ПЕРШЕНИЕ  
В ГОРЛЕ



ГОЛОВНАЯ  
БОЛЬ



НАСМОК,  
ЗАЛОЖЕННОСТЬ  
НОСА



УСТАЛОСТЬ



БОЛЬ В МЫШЦАХ,  
СУСТАВАХ

## ВАЖНО



САМОЛЕЧЕНИЕ  
ПРИ ГРИППЕ  
НЕДОПУСТИМО



ПОСТАВИТЬ ДИАГНОЗ  
И НАЗНАЧИТЬ ЛЕЧЕНИЕ  
ДОЛЖЕН ВРАЧ



ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ  
38-39° ВЫЗОВИТЕ  
ВРАЧА НА ДОМ



КРАЙНЕ ОПАСНО ПЕРЕНОСИТЬ  
ГРИПП НА НОГАХ – ЭТО  
МОЖЕТ ПРИВЕСТИ  
К ТЯЖЕЛЫМ ОСЛОЖНЕНИЯМ

# Берегите себя и своих близких!

*Ваш Роспотребнадзор*



# ОСТОРОЖНО: ГРИПП!

## СИМПТОМЫ ГРИППА



РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ  
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА  
И ОЗНОБ



ГОЛОВНАЯ  
БОЛЬ



ЛОМОТА В МЫШЦАХ  
И СУСТАВАХ



БОЛЬ,  
ПЕРШЕНИЕ  
В ГОРЛЕ



СУХОЙ  
КАШЕЛЬ



ЖЕЛУДОЧНО-  
КИШЕЧНЫЕ  
РАССТРОЙСТВА



СВЕТОБОЯЗНЬ



ОБЩЕЕ  
НЕДОМОГАНИЕ,  
СЛАБОСТЬ

## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА



СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ  
ОТ ГРИППА



РЕГУЛЯРНО  
МОЙТЕ РУКИ



ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
МАСКИ



ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ  
В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



ИЗБЕГАЙТЕ ЛИЧНЫХ  
КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ



НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ



ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА



СОБЛЮДАЙТЕ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ



ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ  
САЛФЕТКИ ПРИ  
ЧИХАНИИ И КАШЛЕ



ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ  
ЖИДКОСТИ



РЕГУЛЯРНО  
ПРОВЕТРИВАЙТЕ ПОМЕЩЕНИЕ

*Ваш Роспотребнадзор*



# ПРОФИЛАКТИКА ЭНТЕРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ



Тщательно мойте руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после улицы, транспорта и публичных мест



Мойте фрукты и овощи кипяченой или бутилированной водой



Пейте только кипяченую или бутилированную воду промышленного производства



Избегайте контактов с людьми с признаками респираторных инфекций, с сыпью, диареей и температурой



Купайтесь только в тех бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды, и на специально оборудованных пляжах



Следите за детьми во время купания во избежание заглатывания воды



Защищайте пищу от мух и других насекомых



## ! ВНИМАНИЕ

При появлении температуры, кашля, насморка, боли в горле, сыпи, головной боли, жидкого стула следует немедленно обращаться за медицинской помощью

**Ваш Роспотребнадзор**



# ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ

**НАИБОЛЕЕ ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ЗАЩИТЫ ОТ ГРИППА –  
СВОЕВРЕМЕННАЯ ВАКЦИНАЦИЯ**



**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ  
И БЛИЗКИХ,  
ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!**



**ЧАЩЕ  
МОЙТЕ РУКИ**



**НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ!**



**ОПТИМАЛЬНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ ВАКЦИНАЦИИ –  
СЕНТЯБРЬ – НОЯБРЬ**

***Ваш Роспотребнадзор***



# ЭНТЕРОВИРУСНАЯ ИНФЕКЦИЯ



Чаще всего встречается  
летом и осенью



Источник инфекции —  
больной человек  
или носитель



От заражения до первых  
признаков заболевания  
проходит 2-10 дней,  
в среднем — 3-4 дня

## ! СИМПТОМЫ

- боль в животе,  
диарея
- боль в горле
- сыпь на коже  
и слизистых
- высокая  
температура тела

## ПЕРЕДАЕТСЯ



Через грязные руки,  
игрушки,  
другие предметы



При чихании,  
кашле



При употреблении в пищу  
инфицированных  
продуктов



При купании  
в инфицированных  
водоемах

## КАК ЗАЩИТИТЬСЯ



Мыть руки с мылом:  
после прогулки,  
перед едой, после туалета



Не контактировать  
с людьми с признаками  
инфекции



Пить только  
бутилированную  
или кипяченую воду,  
проверить сроки годности  
продуктов



Не купаться  
в стоячих водоемах,  
в фонтанах и в тех местах,  
где установлена табличка  
«Купание запрещено»

**Ваш Роспотребнадзор**



# ПРОФИЛАКТИКА ЭНТЕРОВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ



Тщательно мой руки с мылом после посещения туалета, перед едой, после улицы, транспорта и публичных мест



Мой фрукты и овощи кипяченой или бутилированной водой



Пей только кипяченую или бутилированную воду промышленного производства



Избегай контактов с людьми с признаками респираторных инфекций, с сыпью, диареей и температурой



Купайся только в тех бассейнах, в которых проводится обеззараживание и контроль качества воды, и на специально оборудованных пляжах



Не заглатывай воду во время купания



Защищай пищу от мух и других насекомых



## ! ВНИМАНИЕ

При появлении температуры, кашля, насморка, боли в горле, сыпи, головной боли, жидкого стула следует немедленно сообщить взрослым

**Твой Роспотребнадзор**