

ВНИМАНИЕ — ГРИПП!

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ ВИРУСА ГРИППА А (H1N1):

- высокая температура тела (в 97% случаев)
- кашель (94%)
- насморк (59%)
- боль в горле (50%)
- головная боль (47%)
- учащенное дыхание (41%)
- боли в мышцах (35%)
- реже — тошнота, рвота (18%), жидкий стул (12%)

ГРИПП ОПАСЕН СВОИМИ ОСЛОЖНЕНИЯМИ, В ТОМ ЧИСЛЕ РАННИМИ - НА 2-3 ДЕНЬ БОЛЕЗНИ. СРЕДИ ОСЛОЖНЕНИЙ ЛИДИРУЕТ ВИРУСНАЯ ПНЕВМОНИЯ

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ?

- в общественных местах надевайте маску. Она требует замены раз в 2-3 часа.
- по возможности избегайте поездок и многолюдных мест
- чаще мойте руки с мылом
- не трогайте руками глаза, нос, рот. Вирус гриппа распространяется этими путями
- лучшая профилактика — противогриппозная вакцина (прививка от гриппа)

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ:

- оставайтесь дома, вызывайте врача
- следуйте рекомендациям врача, пейте много жидкости
- при ухудшении состояния вызывайте участкового врача повторно или бригаду Скорой помощи