

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ДРУГИХ ОРВИ



СИМПТОМЫ



КТО В ГРУППЕ РИСКА?

НАИБОЛЕЕ ТЯЖЕЛО БОЛЕЗНЬ ПРОТЕКАЕТ У СЛЕДУЮЩИХ ГРУПП:



ДЕТИ ДО 2-Х ЛЕТ
(ОСОБЕННО ДО
6 МЕСЯЦЕВ)



ПОЖИЛЫЕ ЛЮДИ
(СТАРШЕ 65 ЛЕТ)



люди, с
СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫМИ
ЗАБОЛЕВАНИЯМИ,
АСТМОЙ, ДИАБЕТОМ



люди с ослабленным
ИММУНИТЕТОМ

КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК РИСКУЕТ ЗАБОЛЕТЬ,
НЕСМОТЯ НА ВОЗРАСТ, ПОЛ, УСЛОВИЯ ЖИЗНИ
И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

МОЙТЕ РУКИ!



**СМОЧИТЕ РУКИ
В ТЕПЛОЙ ВОДЕ**



ВОЗЬМИТЕ МЫЛО



**20 СЕКУНД
НАМЫЛИВАЙТЕ РУКИ**



СМОЙТЕ ОСТАТКИ МЫЛА



ВЫСУШИТЕ РУКИ

ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



НОСИТЕ МАСКУ



МОЙТЕ РУКИ



ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ



**ЗАНИМАЙТЕСЬ
ФИЗКУЛЬТУРОЙ**



ХОРОШО ВЫСЫПАЙТЕСЬ



**ПОЛЬЗУЙТЕСЬ
АНТИСЕПТИКОМ**



**ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ ПРИ
КАШЛЕ, ЧИХАНИИ**



**РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**



**ПРИВИВАЙТЕСЬ
ОТ ГРИППА**