



ПНЕВМОНИЯ

Острая респираторная инфекция, действующая на лёгкие. Возбудителями пневмонии являются вирусы, бактерии и грибки.



Пути передачи инфекции

- воздушно-капельный
- через кровь

Факторы риска

для взрослых

- стрессы
- ослабленный иммунитет
- курение
- хронические заболевания

для детей

- хронические ангины и частые простудные заболевания
- охлаждение или перегревание
- неполноценное питание
- несоблюдение режима дня

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

Симптомы заболевания

- температура 38-40°C
- кашель, мокрота
- одышка
- слабость
- сильное потоотделение
- боли в груди

Профилактика

- закаливание, укрепление иммунитета
- отказ от вредных привычек
- здоровый образ жизни

**При малейшем подозрении на пневмонию
НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО вызывайте врача.**



МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

ОПАСНО! ОРВИ и ГРИПП!

ОРВИ и грипп - острые инфекционные заболевания дыхательных путей, передающиеся воздушно-капельным путем.

Источник инфекции – больной человек!

Профилактика гриппа



Регулярно мыть руки мылом или дезинфицирующим средством



Использовать индивидуальные средства защиты с заменой каждые 2 часа



Проветривать помещения и проводить влажную уборку



Вести здоровый образ жизни, употреблять фрукты и овощи

Если Вы заболели, необходимо:



Оставаться дома и соблюдать постельный режим



Не заниматься самолечением, а вызвать на дом врача!



Употреблять большое количество теплой жидкости



Выделить больному индивидуальную посуду и белье

**Берегите свое здоровье!
Соблюдайте эти простые правила гигиены!**