ОСТОРОЖНО – ГРИПП!

Грипп отличается от многих инфекционных заболеваний легкостью передачи от больного человека к здоровому – воздушно-капельным путем (при чихании, кашле и даже при разговоре), с большой вероятностью вызывая заболевание у непривитых от гриппа спустя сутки после заражения.

Чтобы уберечь себя от гриппа необходимо пройти

в а к ц и н а ц и ю!

В сезон эпидемической опасности крайне важно:

1. Избегать рукопожатий. Не подносить невымытых с мылом рук к своему лицу. Чаще мойте руки с мылом, так как вирус гриппа способен некоторое время сохраняться на коже и передаваться контактным способом.
2. Для профилактики принимать один из эффективных противовирусных препаратов: арбидол (для взрослых и детей), циклоферон (для детей с 3 лет и взрослых), реаферон ЕС-липинт (для детей с 3 лет и взрослых), амиксин или лавомакс (для детей с 7 лет и взрослых), кагоцел (для взрослых) в режиме дозирования, подробно изложенном в прилагаемой к лекарству инструкции. Достаточно приобрести одну упаковку любого из перечисленных лекарств.
3. При появлении в Вашем окружении больного простудой – носить медицинскую маску. Разовые медицинские маски фабричного производства необходимо менять каждые 2 часа. Можно пользоваться 4-слойными ватно-марлевыми повязками собственного изготовления (размером 20х15 см в готовом виде), меняя их каждые 4 часа неоднократно после кипячения и проглаживания для дезинфекции горячим утюгом.

Если Вы чувствуете себя нездоровым, имеете высокую температуру, кашель, насморк, головную боль, общее недомогание:

- оставайтесь дома, не ходите на работу, в школу или в места скопления людей;
- сообщите семье и друзьям о своей болезни во избежание контакта с людьми;
- немедленно обратитесь за медицинской помощью, что важно для предупреждения развития осложнений.

Заниматься самолечением опасно для Вашей жизни!