

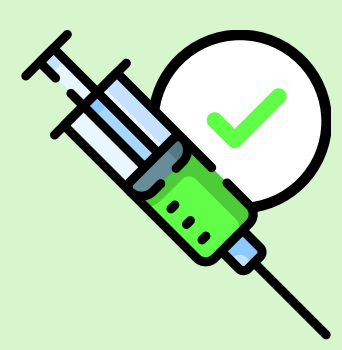
Грипп – острая инфекционная болезнь с массовым распространением и высоким риском развития серьезных осложнений.

## Пути передачи

- Преимущественно воздушно-капельный — при разговоре, кашле, чихании
- Реже контактно-бытовой — через грязные руки, общие предметы обихода и гигиены, посуду.

## Симптомы

- ✓ Резкое повышение температуры до 38-40°C, головная боль
- ✓ Слабость
- ✓ Боль в мышцах и суставах
- ✓ Насморк
- ✓ Кашель
- ✓ Першение в горле



## Вакцинация — лучшая защита от гриппа!

Вакцинация от гриппа проводится ежегодно всем группам населения, начиная с шестимесячного возраста и до глубокой старости. Лучшее время для вакцинации – сентябрь, октябрь, ноябрь.

## Профилактика гриппа

- 1 Ежегодно прививайтесь против гриппа
- 2 Регулярно мойте руки с мылом или обрабатывайте их антисептиком
- 3 Не трогайте грязными руками лицо, особенно глаза, нос или рот
- 4 Соблюдайте социальную дистанцию 1,5 метра
- 5 Сведите к минимуму посещение мест массового скопления людей
- 6 Используйте маски в общественных местах
- 7 Регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений

Соблюдение этих мер поможет предотвратить распространение гриппа и сохранить ваше здоровье