

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ДРУГИХ ОРВИ



СИМПТОМЫ



КТО В ГРУППЕ РИСКА?

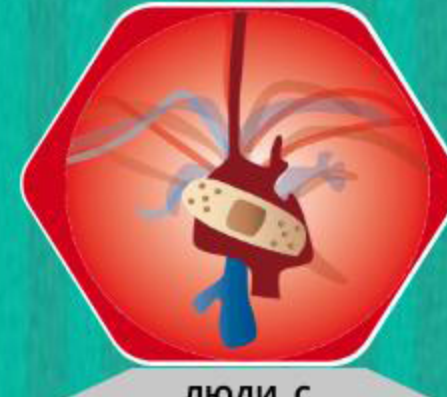
НАИБОЛЕЕ ТЯЖЕЛО БОЛЕЗНЬ ПРОТЕКАЕТ У СЛЕДУЮЩИХ ГРУПП:



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,
НЕСМОТРА НА ВОЗРАСТ, ПОЛ, УСЛОВИЯ ЖИЗНИ
И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

МОЙТЕ РУКИ!



1
СМОЧИТЕ РУКИ
В ТЕПЛОЙ ВОДЕ



2
ВОЗЬМИТЕ МЫЛО



3
20 СЕКУНД
НАМЫЛИВАЙТЕ РУКИ



4
СМОЙТЕ ОСТАТКИ МЫЛА



5
ВЫСУШИТЕ РУКИ

ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



НОСИТЕ МАСКУ



МОЙТЕ РУКИ



ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ



ЗАНИМАЙТЕСЬ
ФИЗКУЛЬТУРОЙ



ХОРОШО ВЫСПАЙТЕСЬ



ПОЛЬЗУЙТЕСЬ
АНТИСЕПТИКОМ



ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ ПРИ
КАШЛЕ, ЧИХАНИИ



РЕГУЛЯРНО ПРОВОДИТЕ
ВЛАЖНУЮ УБОРКУ



ПРИВИВАЙТЕСЬ
ОТ ГРИППА