Профилактика гриппа
Симптомы:
Головная боль
Слезотечение
Выделения из носа
Сухой кашель
Озноб
Повышение температуры тела до 38,5 – 40 С
Общая слабость и «разбитость»
Боль и ломота в мышцах и суставах
Профилактика:
Не посещать места массового скопления людей (магазины, общественный транспорт и т.п.)
При контакте с больным членом семьи пользоваться марлевой маской
Придерживаться здорового образа жизни, включая закаливание
При чихании и кашле использовать одноразовый носовой платок
ВАКЦИНАЦИЯ.
Перед вакцинацией обязательно проконсультироваться с врачом во избежание побочных реакций
При проявлении симптомов гриппа НЕОБХОДИМО оставаться
и вызвать врача на дом. НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕ