



**РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ**

**ГОЛОВНАЯ БОЛЬ**

**БОЛЬ В ГОРЛЕ**

**СЛАБОСТЬ**

**ЛОМОТА В МЫШЦАХ  
И СУСТАВАХ**

**СУХОЙ КАШЕЛЬ**

**ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ**



**Оставайтесь дома и не выходите на работу, в школу и другие общественные места**

**Соблюдайте постельный режим**

**СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ**



**ОСТОРОЖНО:  
ГРИПП!**

## **ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА**

**Вести здоровый образ жизни: полноценный сон, здоровая пища, физическая активность.**

**Регулярно и тщательно мыть руки с мылом или дезинфицирующими средствами, использовать антибактериальные салфетки.**

**Избегать мест массового скопления людей в сезон повышенной заболеваемости.**

**Избегать контактов с больными людьми.**

**СЕЗОН ВАКЦИНАЦИИ ОТ ГРИППА  
СЕНТЯБРЬ-НОЯБРЬ**

**Применение прививки против гриппа снижает уровень заболеваемости, способствует уменьшению тяжести заболевания, предупреждает развитие тяжелых осложнений и смертельных исходов.**

**Иммунитет после введения вакцины формируется через 14 дней и сохраняется в течение всего сезона.**

