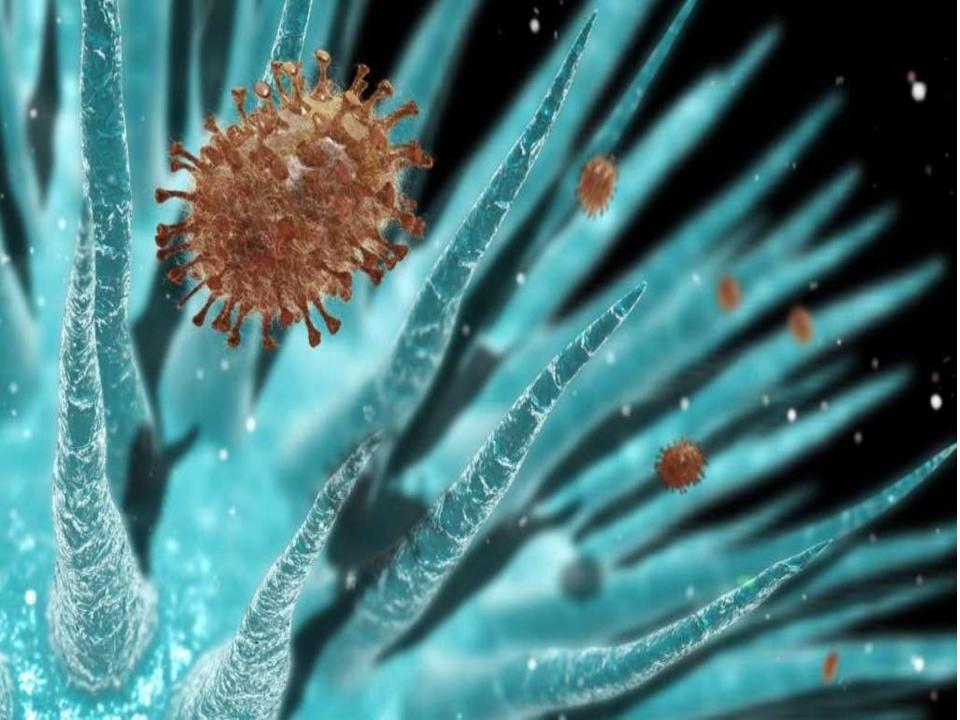
Детям о гриппе и ОРВИ

1-4 класс

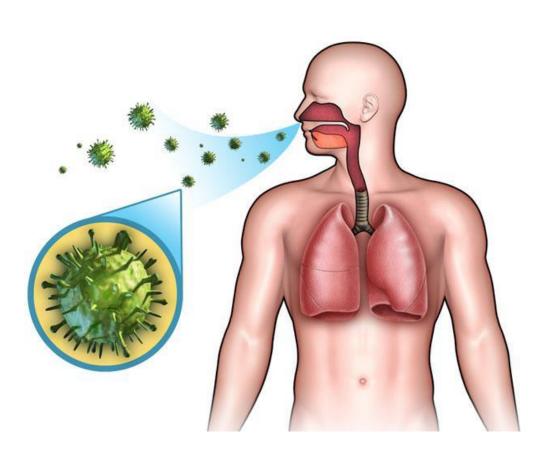
ОСТОРОЖНО! ГРИПП!





Как дети заражаются гриппом?





 Вдыхая воздух с мельчайшими капельками слюны, мокроты, выделяемыми больными при кашле и чихании. При контакте с больными детьми: играя с ними, обмениваясь предметами, пользуясь общей посудой и игрушками и т.д.



Симптомы заболевания

Общие симптомы:

- лихорадка
- кашель
- боль в горле
- насморк или заложенность носа
- ломота, головная боль
- озноб, мышечные боли.

При гриппе A H1/N1:

- одышка, затрудненное дыз или боль в груди;
- синюшность губ;
- кровь в мокроте;
- рвота и жидкий стул;
- головокружение;
- затруднения при мочеиспускании.



Прививка от гриппа снижает уровень заболеваемости гриппом в 1,4-1,7 раза, уменьшает тяжесть болезни, предупреждает развитие тяжёлых осложнений и летальных исходов.



Приём витаминных препаратов



Защита медицинской маской





ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЯ



Используйте маску



Пейте больше жидкости



Одевайтесь теплее



Мойте руки



Избегайте общественных мест



Используйте одноразовые платки



Избегайте объятий и рукопожатий



Ешьте больше фруктов



Необходимы лук и чеснок!





Влажная уборка, проветривание!



Частое мытьё рук!

Ношение маски!





Противовирусные препараты, витамины!



Сон не менее 8 часов!

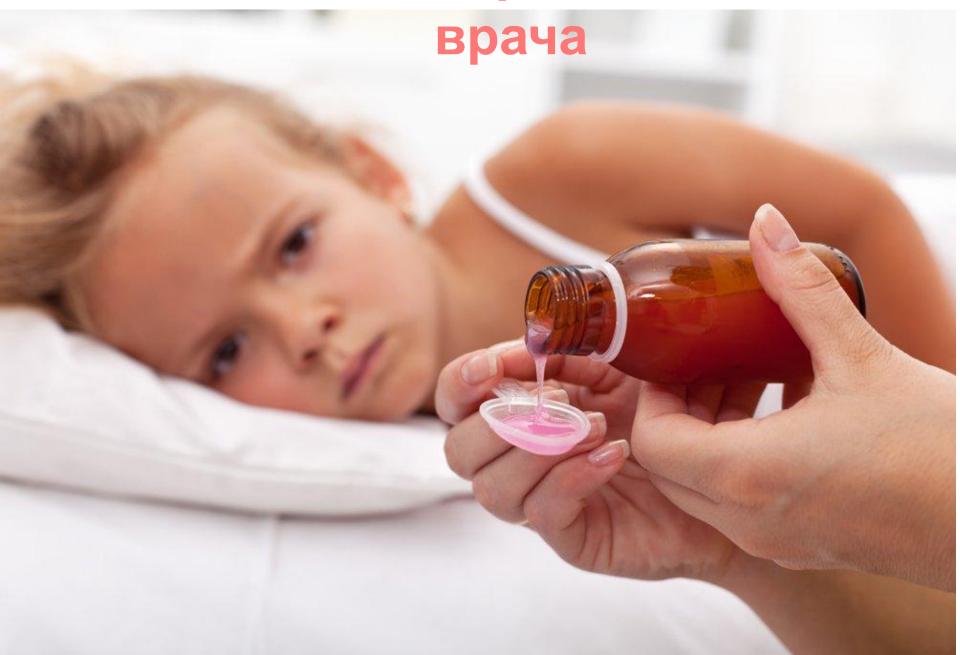


Соблюдай постельный

Вызови врача на



Выполненяй рекомендации



Лечение «народными» средствами





Источники

- http://lesok-mdou15.ucoz.ru/index/ostorozhno_g ripp/0-184
- http://zanimatika.narod.ru/ZOJ gripp.htm
- http://lechimdetok.ru/infektsii/profilaktika-grippa -i-orvi-u-detej-3828.html
- http://tush.abatskobr.ru/ru/vsyo-o-grippe/?preview
- https://yandex.ru/images/search? =14494154166
 81&p=3&text=детям%200%20гриппе&noreask= 1&lr=47