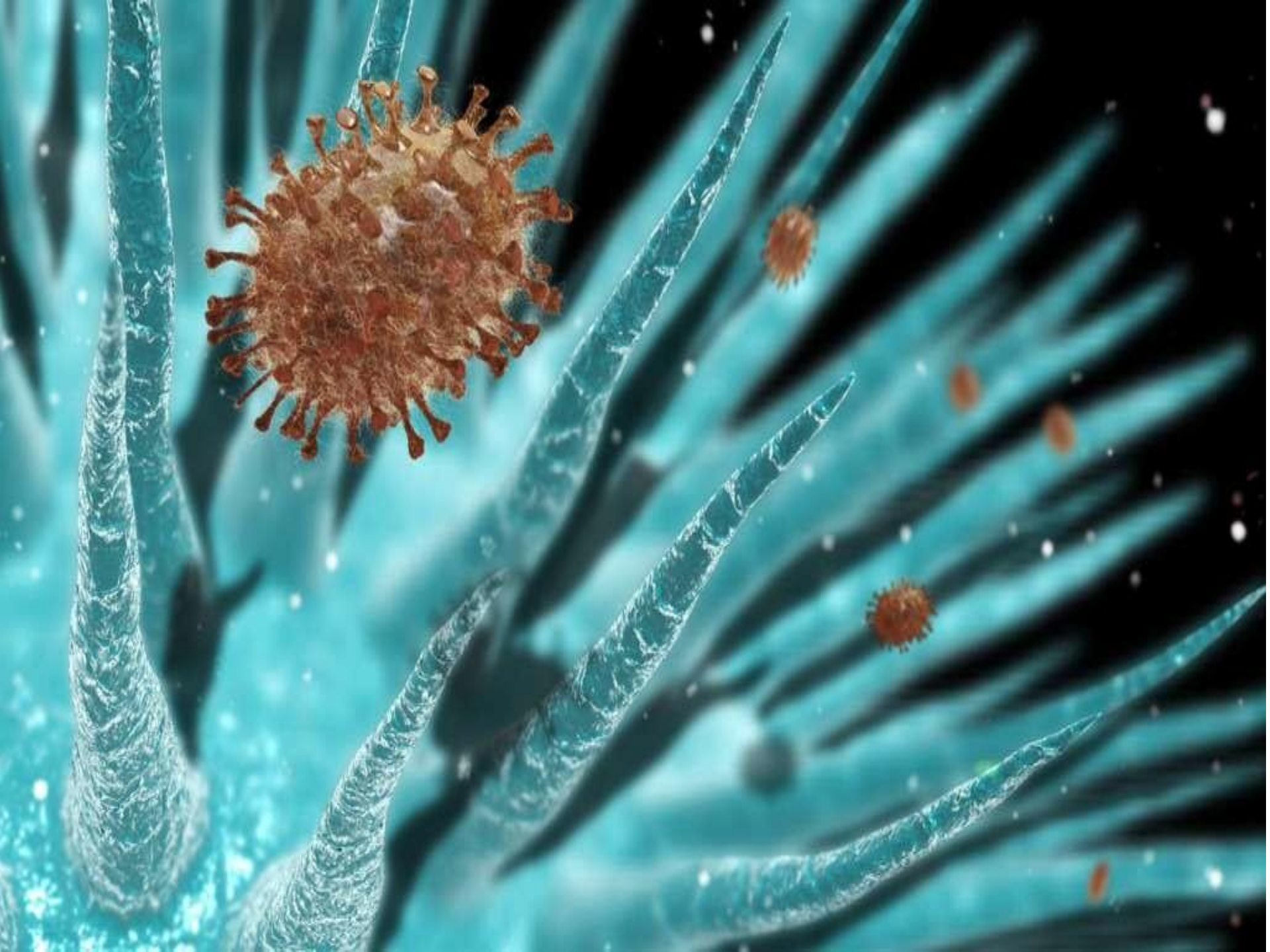


# **Детям о гриппе и ОРВИ**

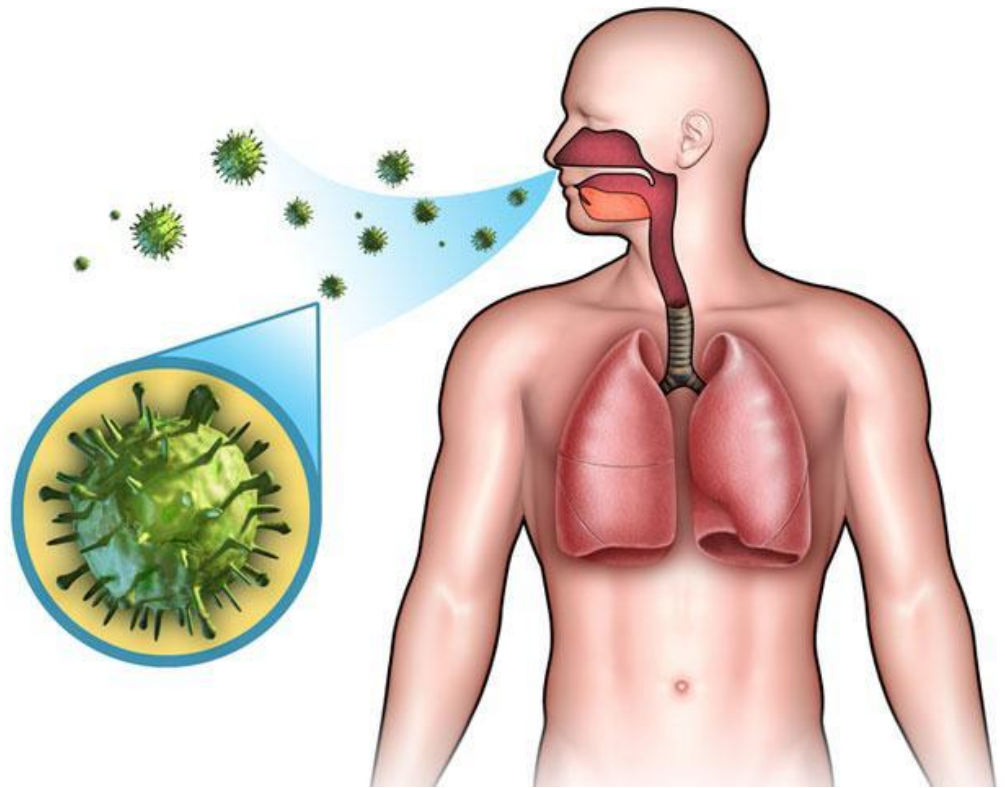
1-4 класс

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 А H1/N1:

- одышка, затрудненное дыхание 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 ГРИППА  
- ЭТО НЕ ТОЛЬКО ЛЕКАРСТВА**

# 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!

Ношение  
маски!



Сон не менее  
8 часов!



Частое  
мытьё рук!



Противовирусные  
препараты,  
витамины!

Если ты  
заболел...



Соблюдай постельный

# Вызови врача на ДОМ



# Выполняй рекомендации врача





# Лечение «народными» средствами





**Помните -  
Ваше здоровье  
в Ваших руках!**

# ИСТОЧНИКИ

- [http://lesok-mdou15.ucoz.ru/index/ostorozhno\\_gripp/0-184](http://lesok-mdou15.ucoz.ru/index/ostorozhno_gripp/0-184)
- [http://zanimatika.narod.ru/ZOJ\\_gripp.htm](http://zanimatika.narod.ru/ZOJ_gripp.htm)
- <http://lechimdetoк.ru/infektsii/profilaktika-grippa-i-orvi-u-detej-3828.html>
- <http://tush.abatskobr.ru/ru/vsyo-o-grippe/?preview>
- [https://yandex.ru/images/search?\\_from=1449415416681&p=3&text=детям%20о%20гриппе&noreask=1&lr=47](https://yandex.ru/images/search?_from=1449415416681&p=3&text=детям%20о%20гриппе&noreask=1&lr=47)