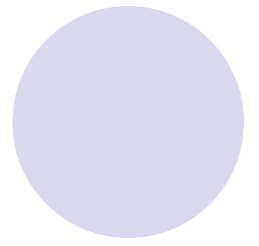
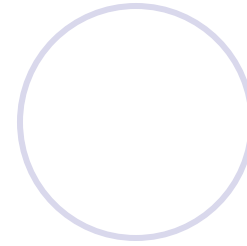
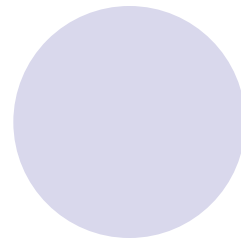
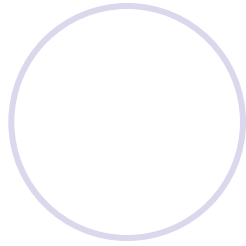
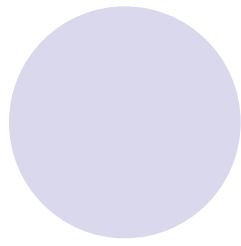


# *Как защитить себя от простудных заболеваний?!*



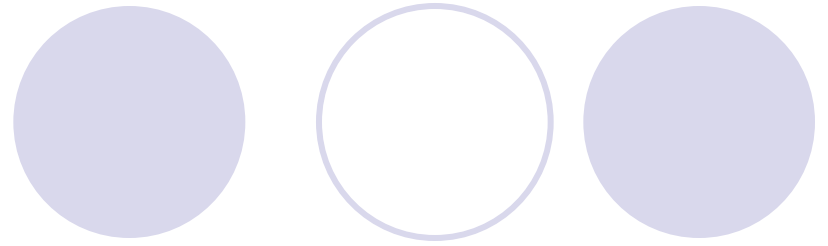


***“Солнце, воздух и вода –  
наши лучшие друзья!!!”***



● ○ ***Осень*** ○ ●





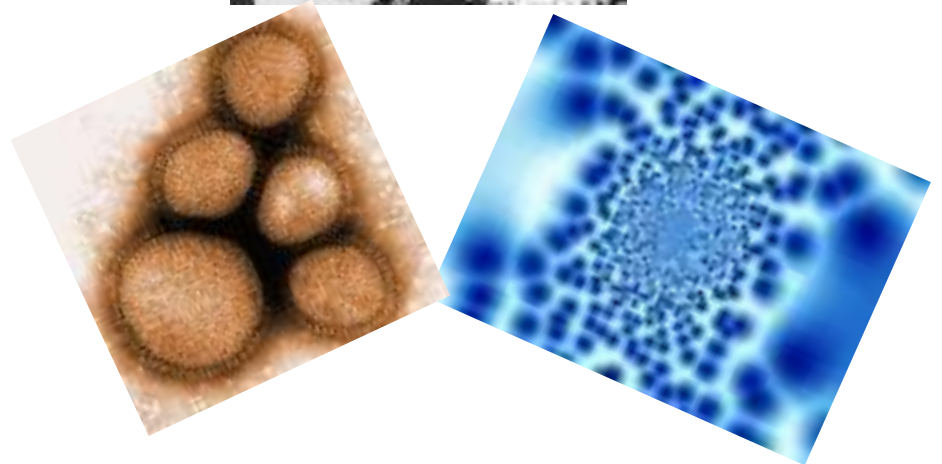
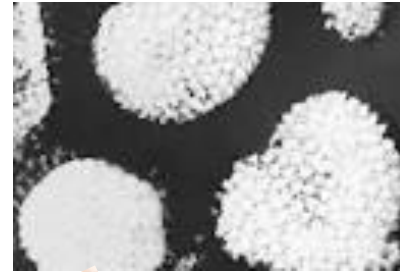
# Простудные заболевания:


 Грипп;

 Ангина;

 Насморк;

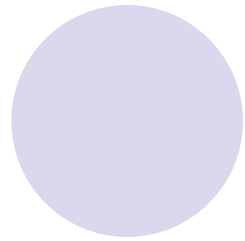
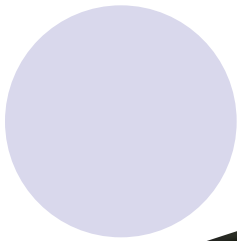
 Бронхит





**Грипп** - это вирусное инфекционное заболевание, которое сопровождается повышением температуры, со слабостью, тошнотой и иногда рвотой.

**Ангина** – инфекционно – аллергическое заболевание, которое выражается воспалением гланд, лечение назначается врачом.

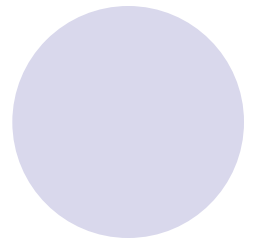
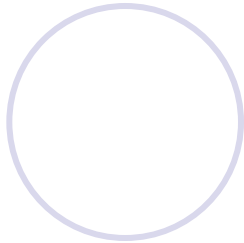




# *Признаки простудных заболеваний:*

## **Кашель**

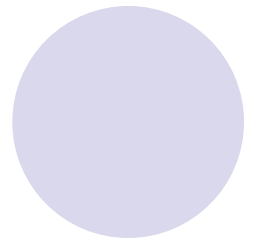
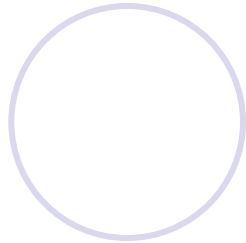




# Чихание

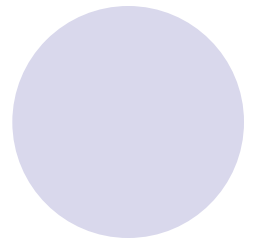
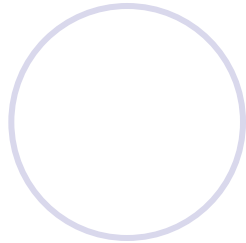






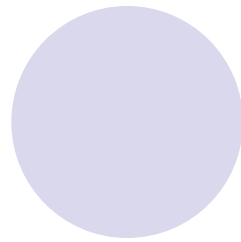
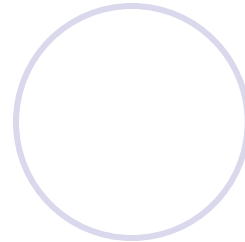
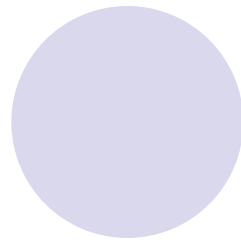
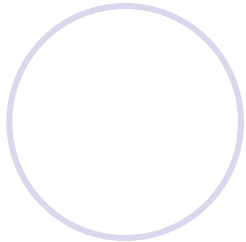
# Высокая температура





# Головная боль





# Боли в горле



*Чтобы не болеть:*

- **Одеваться по погоде!**



**Заниматься спортом!**









# Правильно закаливаться!



# Необходимые правила:

- **Руки должны быть всегда ЧИСТЫМИ!**
- **Фрукты должны быть всегда МЫТЫЕ!**
- **Воздух, которым мы дышим СВЕЖИЙ!**
- **При чихании и кашле, нужно ПРИКРЫВАТЬ РОТ!**



***Всего доброго!!!***

***Не болейте!!!!***