

«Профилактика ОРВИ и гриппа»



Пути передачи инфекции

- Источник инфекции
- Больной человек

- Пути передачи:
- Воздушно-капельный
- Контактно-бытовой



Симптомы заболевания гриппа

- Температура тела 38 С и выше достигается за 2–3ч держится 3-4 дня;
- Кашель мучительный , с болью появившееся на 2-е Сутки ;
- Насморк или заложенность носа проявляются не сразу, выражен он не так ярко;
- Озноб, сильная головная боль , покраснение глаз, ломота. Все это проявляется быстро и стремительно.



Профилактика



- Основным средством профилактики ГРИППА является ВАКЦИНАЦИЯ

- После постановки прививки иммунитет вырабатывается в течение двух-четырех недель, поэтому провести вакцинацию необходимо заранее.
- Защитный уровень иммунитета теряется через 6-12 месяцев после прививки, поэтому вакцинация рекомендуется проводить ежегодно.

Меры неспецифической профилактики

- комнатная температура
- регулярное проветривание
- одеваться по погоде



Меры неспецифической профилактики



- прикрывайте нос и рот при чихании или кашле
- избегайте прикосновений к своему рту и носу
- соблюдайте «дистанцию» при разговоре
- тщательно мойте руки с МЫЛОМ



Что делать, если я заболел?

- СВЕСТИ К МИНИМУМУ КОНТАКТ С ДРУГИМИ ЛЮДЬМИ
- СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
- ОБРАТИТЬСЯ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ
- СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ
- ПИТЬ МНОГО ЖИДКОСТИ



Неболейте!



Выполнил : Сигрианский
Дмитрий 7а