



«Осторожно, грипп!!!»

Грипп – самое массовое заболевание.

Возбудитель передаётся воздушно-капельным путём: **при разговоре, кашле, чихании.**

Восприимчивость к гриппу очень высока!

Грипп развивается внезапно!

Признаки: появляется озноб, лихорадка, головная боль, повышенная температура, слабость, сонливость. Через некоторое время появляется кашель, насморк.

Продолжительность гриппа без осложнений пять-шесть дней.

Грипп опасен осложнениями!

Во время эпидемии избегайте посещения массовых мероприятий.





Как защитить себя и детей от эпидемии гриппа.

Если осенью не были сделаны прививки, вы находитесь в особой группе риска.

Что делать?

Меньше посещайте общественные места – сейчас не время водить детей в цирк, театры и гости.

Отправляясь в магазин, аптеку, надевайте маску.

В общественном транспорте не снимайте перчатки: вирус гриппа легче всего занести в рот руками.

Время от времени протирайте руки дезинфицирующими салфетками.

Как только вошли в дом, вымойте руки с мылом.

Далее следует умыть лицо, нос промыть мыльной водой, а потом смазать слизистые любой профилактической мазью – тогда вирус не сможет прицепиться.

Не забывайте про натуральные витамины – мёд, клюкву, лимоны, курагу, грецкие орехи.

Для профилактики, но только после назначения доктора, можно принимать иммуномодулирующие препараты.

Ни в коем случае не пейте лекарства от гриппа в профилактических целях, может возникнуть привыкание, и тогда от реальной болезни уже ничего не поможет.

Если заболели, не занимайтесь самолечением – сразу вызывайте врача, ведь промедление чревато осложнениями и смертью.



Что делать, если заболел ребёнок?

Оставляйте больного ребёнка дома: не отправляйте его в школу или в детский сад. Вызовите врача на дом.

Давайте ребёнку много жидкости (сок, воду и др.).

Создайте больному ребёнку комфортные условия. Крайне важен покой. Если у ребёнка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете дать ему жаропонижающие лекарства, которые пропишет врач с учётом возраста ребёнка.

Если кто-либо в вашем доме заболел, не допускайте его контакта со здоровыми и, особенно, с детьми.

Держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.

Если ваш ребёнок имел контакт с больным гриппом, спросите у врача о необходимости приёма противовирусных лекарств для предупреждения заболевания.

Если у вашего ребёнка появился какой-либо из следующихстораживающих признаков:

учащённое или затруднённое дыхание;

синюшность кожных покровов;

отказ от достаточного количества питья;

непробуждение или отсутствие реакции на внешние раздражители;

возбуждённое состояние;

отсутствие мочеиспускания или слёз во время плача;

симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем.

***НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЕСЬ ЗА
МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩЬЮ!***

