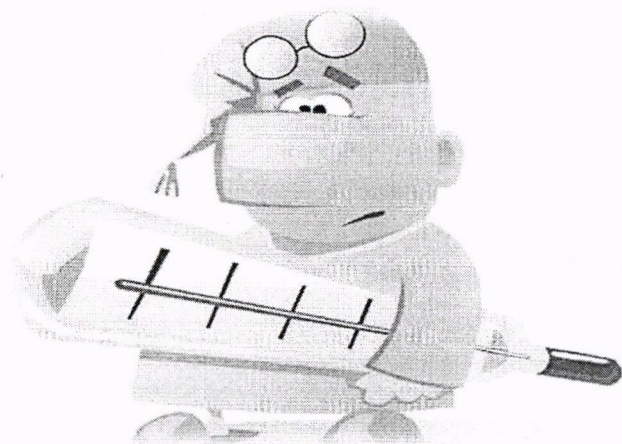
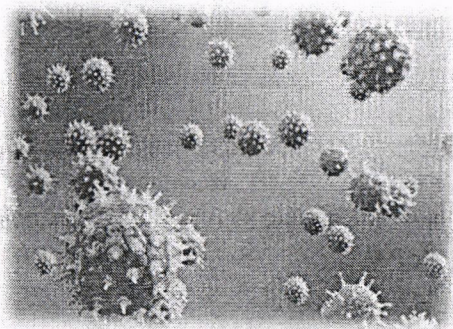


Главное управление МЧС России по Республике Башкортостан

ПРОФИЛАКТИКА ОРВИ И ГРИППА

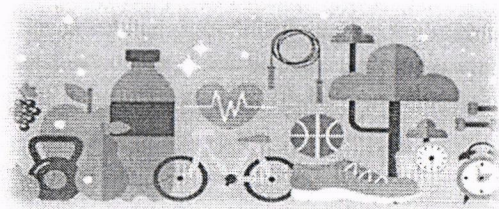
**ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ,
НЕОБХОДИМО:**

ОСТАВАТЬСЯ ДОМА И
СОБЛЮДАТЬ ПОСТЕЛЬНЫЙ
РЕЖИМ
ИСПОЛЬЗОВАТЬ СРЕДСТВА
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ
НЕ ЗАНИМАТЬСЯ
САМОЛЕЧЕНИЕМ, А ВЫЗВАТЬ
ВРАЧА
ОБИЛЬНОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ
ТЕПЛОЙ ЖИДКОСТИ
ПРОВОДИТЬ ВЛАЖНУЮ
УБОРКУ
ПРОВЕТРИВАТЬ ПОМЕЩЕНИЕ



ПРОФИЛАКТИКА:

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
РЕГУЛЯРНО МЫТЬ РУКИ С
МЫЛОМ
ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С
БОЛЬНЫМИ
СВОЕВРЕМЕННО
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ



СИМПТОМЫ:

РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ
ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА
ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
СУХОЙ КАШЕЛЬ, И
ЗАТРУДНЕННОЕ,
УЧАЩЕННОЕ ДЫХАНИЕ
СЛАБОСТЬ
ЛОМОТА В МЫШЦАХ И
СУСТАВАХ
БОЛЬ/ЖЖЕНИЕ В ГОРЛЕ
ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ
РАССТРОЙСТВА (ТОШНОТА,
РВОТА)
БОЛЬ ПРИ ДВИЖЕНИИ ГЛАЗ

