

# Самое эффективное средство против гриппа – **ВАКЦИНАЦИЯ!**

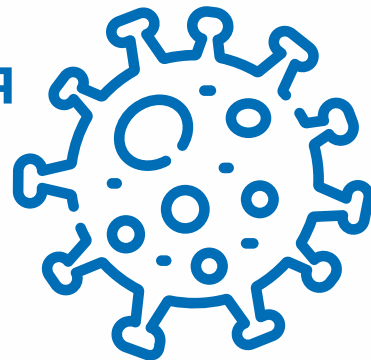


Сделайте прививку в поликлинике по месту прикрепления.



Сегодня, для профилактики вируса используются инактивированные вакцины – классическая защита от гриппа.

ВОЗ подчеркивает, что в связи с пандемией **COVID-19** вакцинация от гриппа особенно важна. Она помогает сформировать коллективный иммунитет.



Интервал между прививками против гриппа и прививками против иных инфекций, в том числе **COVID-19**, должен составлять не менее **30 дней**.



Процедура займет всего немного времени, а иммунитет сохранится до следующей осени!

# СИМПТОМЫ ГРИППА:



- ◆ Резкий подъем температуры тела, озноб
- ◆ Головная боль
- ◆ Ломота в мышцах и суставах
- ◆ Боль, першение в горле
- ◆ Сухой кашель
- ◆ Слабость
- ◆ Желудочно-кишечные расстройства (тошнота, рвота, понос)
- ◆ Боль при движении глаз, включая острую реакцию на свет

# ПРОФИЛАКТИКА:

- ◆ Регулярно мыть руки с мылом или обрабатывать дезинфицирующими средствами
- ◆ Использовать одноразовые салфетки при чихании и кашле
- ◆ Избегать большого скопления людей
- ◆ Избегать контактов с заболевшими
- ◆ Вести здоровый образ жизни

# Что делать, если заболел?

1. Остаться дома
2. Вызвать врача, не заниматься самолечением
3. Использовать средства индивидуальной защиты
4. Пить больше теплой жидкости
5. Проводить влажную уборку дома
6. Проветривать помещение

