



# ПРОФИЛАКТИКА ПНЕВМОНИИ И ГРИППА

## ГРИПП –

вирусная инфекция, отличается выраженной интоксикацией организма. Опасен своими осложнениями: пневмония, энцефалит, менингит, абсцесс лёгкого, миокардит.

### ПРИЗНАКИ:

- резкий подъём температуры выше 38,5° С;
- ломота в мышцах, сильная головная боль;
- боль в горле;
- сухой кашель;
- светобоязнь;
- возможна тошнота, рвота, понос.

## ПНЕВМОНИЯ –

острое инфекционное заболевание, которое поражает лёгкие. Является одной из основных причин смертности, особенно у детей до 5 лет.

### ПРИЗНАКИ:

- температура 38-40° С, особенно повторное повышение во время лечения вирусной инфекции;
- кашель, одышка;
- боль в груди;
- выраженная слабость.

## ВАЖНО!

Перечисленные признаки могут быть не ярко выраженными.



## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ

- Не занимайтесь самолечением, как можно скорее обратитесь к врачу!
- Оставайтесь дома, соблюдайте постельный режим.
- Строго следуйте назначениям врача.
- Используйте средства индивидуальной защиты (маски).
- Регулярно проводите влажную уборку и проветривайте помещение.

## ПРОФИЛАКТИКА

- Здоровый образ жизни – залог хорошего иммунитета.
- Регулярно мыть руки.
- Избегать большого скопления людей.
- Избегать переохлаждения.
- Отказаться от курения.



## САМАЯ ЛУЧШАЯ ПРОФИЛАКТИКА - ВАКЦИНАЦИЯ!

Защитить себя и детей поможет своевременная «прививка» от гриппа и менингококковой инфекции!

Обратитесь в поликлинику по месту жительства!