

# РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

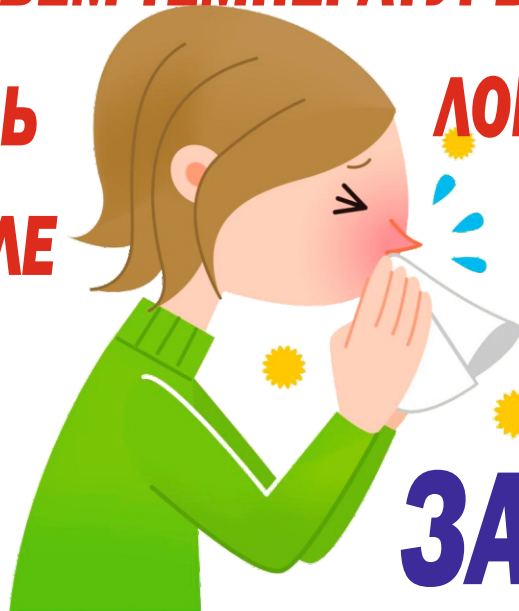
БОЛЬ В ГОРЛЕ

СЛАБОСТЬ

ЛОМОТА В МЫШЦАХ  
И СУСТАВАХ

СУХОЙ КАШЕЛЬ

**ЕСЛИ ВЫ**



**ЗАБОЛЕЛИ**

Оставайтесь дома и не выходите на работу, в школу и другие общественные места

Соблюдайте постельный режим

**СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ**

# ОСТОРОЖНО: ГРИПП!

## ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

Вести здоровый образ жизни: полноценный сон, здоровая пища, физическая активность.

Регулярно и тщательно мыть руки с мылом или дезинфицирующими средствами, использовать антибактериальные салфетки.

Избегать мест массового скопления людей в сезон повышенной заболеваемости.

Избегать контактов с больными людьми.

## СЕЗОН ВАКЦИНАЦИИ ОТ ГРИППА СЕНТЯБРЬ-НОЯБРЬ

Применение прививки против гриппа снижает уровень заболеваемости, способствует уменьшению тяжести заболевания, предупреждает развитие тяжелых осложнений и смертельных исходов.

Иммунитет после введения вакцины формируется через 14 дней и сохраняется в течение всего сезона.

