

Рекомендации по профилактике гриппа

- ✓ Прикрывайте нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляете или чихаете;
- ✓ Немедленно выбрасывайте использованные салфетки;
- ✓ Регулярно мойте руки с мылом;
- ✓ Если у вас симптомы, похожие на симптомы гриппа, не приближайтесь к другим людям ближе, чем на 1 метр;
- ✓ Если у вас симптомы, похожие на симптомы гриппа, немедленно обратитесь к врачу;
- ✓ Если у вас симптомы, похожие на симптомы гриппа, оставайтесь дома. Не ходите на работу, в школу, не посещайте общественные места;
- ✓ Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;
- ✓ Не трогайте глаза, нос, рот невымытыми руками;
- ✓ Чаще проветривайте помещение;
- ✓ Все лекарственные препараты применять ТОЛЬКО по назначению врача