

## Грипп – это серьезно.

Начался сезон гриппа. Знайте, что от ваших правильных действий зависит и риск заражения и исход болезни, если она случится.

### *Грипп опасен своими осложнениями.*

Наиболее частыми при гриппе они бывают со стороны органов дыхания, сердечно-сосудистой, нервной систем. Диагностику и назначение лечения доверьте врачу.

### Советы заболевшему:

1. При первых признаках гриппоподобного заболевания оставайтесь дома;
2. Вызовите врача;

### *Не занимайтесь самолечением!*

3. Соблюдайте постельный режим;
4. Наденьте маску, чтобы обезопасить окружающих;
5. Выполняйте все назначения врача;
6. Пейте больше жидкости;

Наиболее подвержены заражению гриппом А (H1N1): дети, беременные женщины, лица старше 60 лет, люди, страдающие хроническими заболеваниями.

### *Беременные! Раннее обращение к врачу и стационарное лечение – залог вашей жизни и будущего ребенка.*

**Чтобы уменьшить риск заражения тех, кто рядом с больным, нужно:**

- изолировать больного в другую комнату;
- выделить ему отдельную посуду, полотенце;
- всем пользоваться индивидуальными (лучше одноразовыми) носовыми платками;
- в квартире не менее 2-х раз в день делать влажную уборку и 4-5 раз её проветривать;
- мыть руки с мылом;
- уточнить у врача о возможности приема профилактических препаратов.