

Как защитить себя и окружающих?



При чихании и кашле прикрывайте нос и рот носовым платком



Своевременно сделайте прививку против гриппа



Мойте руки с мылом, особенно после прихода с улицы



Избегайте объятий, поцелуев



Старайтесь не трогать глаза, нос, или рот немытыми руками



Избегайте мест большого скопления людей

Если у Вас имеются симптомы гриппа:



Держитесь на расстоянии не менее 1 метра от окружающих



Немедленно обращайтесь за медицинской помощью



Соблюдайте постельный режим

ПОМНИТЕ, ЧТО ПРЕДУПРЕДИТЬ ГРИПП ЛЕГЧЕ, ЧЕМ ЛЕЧИТЬ