












## **ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ?**

-  Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.
-  Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.
-  Избегайте многолюдных мест. Надевайте гигиеническую маску для снижения риска распространения инфекции.
-  Прикрывайте рот и нос платком, когда чихаете или кашляете. Как можно чаще мойте руки с мылом.

## **ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?**

-  Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.
-  Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.
-  Часто проветривайте помещение.
-  Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.
-  Часто мойте руки с мылом.
-  Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).
-  Ухаживать за больным должен только один член семьи.