|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| j0104458***Человек заболевший ГРИППом должен:***1. Остаться дома и соблюдать постельный режим;
2. Выполнять все рекомендации врача;
3. При кашле и чихании закрывать рот;
4. Своевременно принимать лекарства;
5. Пить как можно больше житкости.

***Крайне опасно переносить ГРИПП на ногах!!!***Это может привести к тяжелым осложнениям | j0104458***Симптомы гриппа**** Жар;
* Озноб;
* Усталость;
* Насморк или заложен нос;
* Головная боль;
* Кашель, боль в горле;
* Боль в мышцах и суставах.

Использовала консультацию Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека. | j0104458**Советы от доктора АЙБОЛИТА**http://shkola1317-rf.1gb.ru/upload/iblock/307/dd.pngМБДОУ Детский сад №7«Журавушка» г. Оха *С*оставила Попова Е.В. 2020г. |
| j0104458 **Уважаемые родители!**Одни болеют гриппом несколько дней, а другие дольше и с тяжелыми осложнениями. Всего существует три типа вируса гриппа, которым свойственна бесконечная изменчивость, при этой защитить себя от гриппа и его последствий – в силах каждого!**Что такое ГРИПП?*****ГРИПП – это инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек.*** | j0104458***Обширный список возможных осложнений**** Легочные осложнения;
* Осложнение верхних дыхательных путей;
* Осложнение сердечно-сосудистой системы;
* Осложнение нервной системы;

http://4.bp.blogspot.com/-RbGJBuilKHo/T19gcXj9olI/AAAAAAAAAi0/Yvtjmq5b8ek/s1600/62151445_61.png | j0104458***Что делать при заболевании ГРИППом?***ВАЖНО!!!1. Не отправлять ребенка в детский сад, а вызвать врача!
2. Самолечение недопустимо!
3. Выполнять все рекомендации врача!!
4. При температуре 38-39°С вызвать участкового врача или бригаду скорой помощи!

***Как защитить себя от ГРИППа?**** Сделать прививку от гриппа;
* Сократить время пребывания в общественных местах;
* Пользуйтесь маской;
* Тщательно мойте руки;
* Промывайте полость носа;
* Проветривайте помещение;
* Регулярно делайте влажную уборку;
* Увлажняйте воздух;
* Ешьте больше овощей и фруктов;
* По рекомендации врача используйте препараты повышающие иммунитет.
 |