|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 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.png  МБДОУ 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. |