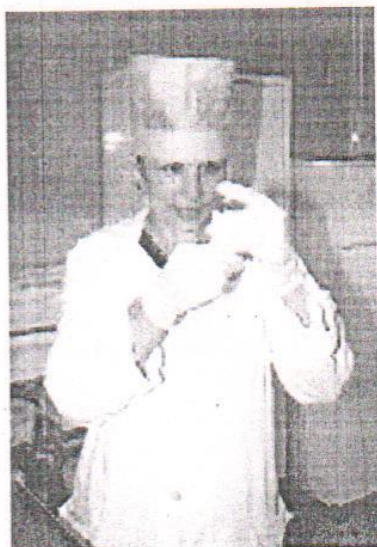


## Грипп: берегите ДЕТЕЙ!



Поскольку вирус гриппа легко передается воздушно-капельным путем, то особенно уязвимы к действию вируса дети. Начинается грипп, как и большинство инфекционных болезней, с легкого недомогания. Затем состояние быстро ухудшается: начинают сильно болеть голова, мышцы и суставы, повышается температура тела, появляется общая слабость. Чуть позже начинают досаждать надсадный сухой кашель, боль в грудной клетке при дыхании, чихание и насморк. Если иммунитет достаточно силен, через несколько дней полного упадка сил эти проявления постепенно уменьшаются, но полностью симптомы исчезнут не раньше чем через 7-10 дней. Но и это нельзя назвать полным выздоровлением – ослабленный инфекцией организм будет восстанавливать силы еще не менее месяца.

Грипп опаснее, чем кажется. Большинство людей склонны недооценивать опасность гриппа. Однако это заболевание не всегда развивается по описанному выше сценарию. Случается, что из-за тяжелой гриппозной интоксикации развиваются повышенная кровоточивость, нарушения работы мозга и внутренних органов, что приводит к летальному исходу спустя несколько дней от начала болезни. Такая форма гриппа носит название гипертоксической. Кроме того, заболевание опасно своими осложнениями: воспалениями легких, оболочек головного мозга или сердечной мышцы.

## **Грипп, коронавирус, другие ОРВИ - поможет маска!**

В период активной циркуляции возбудителей гриппа, коронавирусной инфекции, и других возбудителей острых респираторных вирусных инфекций напоминаем о целесообразности использования одноразовой медицинской маски в качестве эффективной меры профилактики заражения и ограничения распространения инфекции.

Эти вирусы передаются от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путём, через микрокапли респираторных выделений, которые образуются, когда инфицированные люди говорят, чихают или кашляют.

С воздухом эти капли могут попасть на поверхность слизистой оболочки верхних дыхательных путей здоровых людей, которые находятся рядом с заражённым человеком.

Заражение может происходить и в результате непосредственного или косвенного контакта здорового человека с респираторными выделениями инфицированного.

**Использование одноразовой медицинской маски предотвращает попадание в организм здорового человека капель респираторных выделений, которые могут содержать вирусы, через нос и рот.**

- Надевайте маску, когда ухаживаете за членом семьи с симптомами вирусного респираторного заболевания.
- Если вы больны, или у вас симптомы вирусного респираторного заболевания, наденьте маску перед тем, как приближаться к другим людям.
- Если у вас симптомы вирусного респираторного заболевания и вам необходимо обратиться к врачу, заблаговременно наденьте маску, чтобы защитить окружающих в зоне ожидания.
- Носите маску, когда находитесь в людных местах.
- Используйте маску однократно, повторное использование маски недопустимо.
- Меняйте маску каждые 2-3 часа или чаще.
- Если маска увлажнилась, её следует заменить на новую.
- После использования маски, выбросьте её и вымойте руки.

**Одноразовая медицинская маска, при правильном использовании – надёжный и эффективный метод снижения риска заражения и предотвращения распространения гриппа, коронавируса и других возбудителей ОРВИ**