

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА И ОРВИ

О ПРАВИЛАХ ЗАЩИТЫ ОТ КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

ПРАВИЛО 1. ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ
Помните! Частое мытье рук является эффективным способом профилактики вирусных заболеваний. Мыть руки нужно не менее 20 секунд с использованием мыла. Если вы находитесь в людном месте, используйте антисептики для рук. Мыть руки нужно не только перед едой, но и после посещения общественных мест, поездок в транспорте, а также после прикосновения к дверным ручкам, поручням и т.д.

ПРАВИЛО 2. ПЕРЕКРЫВАЙТЕ РЫЛО И ПОКРЫВАЙТЕ ГЛАЗА
Находясь в людном месте, закрывайте рот и нос локтем или салфеткой при чихании и кашле. Не используйте бумажные платочки повторно. После использования выбрасывайте платочки в урну. Не прикасайтесь к лицу руками.

ПРАВИЛО 3. ПЕРЕКРЫВАЙТЕ РУКИ
Всегда надевайте перчатки, когда прикасаетесь к дверным ручкам, поручням, кнопкам лифта, а также к другим поверхностям в общественных местах. После использования снимайте перчатки и выбрасывайте их в урну.

ПРАВИЛО 4. НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ
Избегайте прикосновений к лицу, особенно к носу, рту и глазам. Это может привести к заражению вирусом.

ПРАВИЛО 5. НЕ ПОДАВАЙТЕ РУКИ
Избегайте рукопожатий и других форм физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

ПРАВИЛО 6. НЕ ПОДАВАЙТЕ РУКИ
Избегайте рукопожатий и других форм физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

ПРАВИЛО 7. НЕ ПОДАВАЙТЕ РУКИ
Избегайте рукопожатий и других форм физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

ПРАВИЛО 8. НЕ ПОДАВАЙТЕ РУКИ
Избегайте рукопожатий и других форм физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

ПРАВИЛО 9. НЕ ПОДАВАЙТЕ РУКИ
Избегайте рукопожатий и других форм физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

ПРАВИЛО 10. НЕ ПОДАВАЙТЕ РУКИ
Избегайте рукопожатий и других форм физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

О ПРАВИЛАХ ПРОФИЛАКТИКИ ПРИ КОРОНАВИРУСЕ И ГРИППЕ

1. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

2. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

3. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

4. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

5. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

6. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

7. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

8. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

9. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

10. КАК ПРОФИЛАКТИКА
Самым эффективным способом профилактики вирусных заболеваний является частое мытье рук с использованием мыла. Также важно избегать физического контакта с людьми, особенно в людных местах.

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ
ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ
ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!
НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМ!

Рассчитывая на то, что в начале сентября от гриппа, как и от других вирусных заболеваний, можно избежать, не стоит забывать о профилактике. Чтобы избежать заражения, необходимо соблюдать правила гигиены, избегать контактов с людьми, страдающими от гриппа и ОРВИ, и обязательно вакцинироваться.



ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА – ВАКЦИНАЦИЯ!

РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Роспотребнадзор напоминает, что в начале сентября открылась кампания по вакцинации против гриппа. Период с сентября по ноябрь самое подходящее время для вакцинации от гриппа, так как прививаться нужно за две-три недели до начала подъема заболеваемости, чтобы успел сформироваться необходимый иммунитет. Эпидемиологи и инфекционисты единодушны: прививка от гриппа нужна.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И БЛИЗКИХ

ЧАЩЕ МОЙТЕ РУКИ

НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ!

ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ!

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru