

# КАК ОТЛИЧИТЬ СИМПТОМЫ ГРИППА ОТ СИМПТОМОВ ОРВИ



**ОСТРОЕ НАЧАЛО**



**НА ВТОРОЙ ДЕНЬ  
ПОЯВЛЯЕТСЯ МУЧИТЕЛЬНЫЙ  
КАШЕЛЬ И БОЛЬ В ГРУДИ**



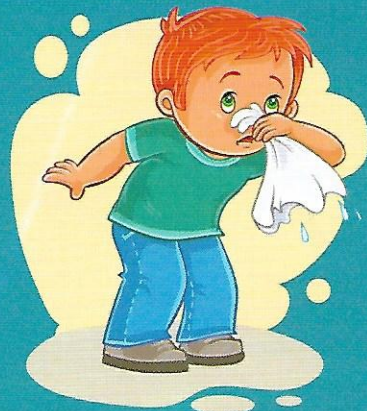
**ИНОГДА ПРИСОЕДИНЯЮТСЯ  
ТОШНОТА, РВОТА, ПОНОС**



**УЧИТЫВАЯ, ЧТО ВИРУС  
ГРИППА ПОРАЖАЕТ СОСУДЫ,  
ВОЗМОЖНЫ КРОВОИЗЛИЯНИЯ  
ИЗ ДЁСЕН И НОСОВЫХ ПАЗУХ**



**ЧАСТО БЫВАЕТ  
ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ**



**БОЛЕЗНЬ НАЧИНАЕТСЯ  
ПОСТЕПЕННО**



**СРАЗУ ПОЯВЛЯЕТСЯ НАСМОРК  
И/ИЛИ БОЛИ В ГОРЛЕ  
ПРИ ГЛОТАНИИ**



**СОПРОВОЖДАЕТСЯ  
ЧАСТЫМ ЧИХАНИЕМ**



**ТЕМПЕРАТУРА РЕДКО  
ПОДНИМАЕТСЯ ВЫШЕ 38 °С**



ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЛАСТНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

**ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ**

[www.zmp53.ru](http://www.zmp53.ru)

## ПРОФИЛАКТИКА



ВЕСТИ  
ЗДОРОВЫЙ  
ОБРАЗ ЖИЗНИ



РЕГУЛЯРНО МЫТЬ  
РУКИ С МЫЛОМ  
ИЛИ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМ  
СРЕДСТВОМ



ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ  
ПРИ ЧИХАНИИ  
И КАШЛЕ



ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО  
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



СВОЕВРЕМЕННО  
ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ



ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ  
С БОЛЬНЫМИ

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:



ОСТАВАТЬСЯ ДОМА  
И СОБЛЮДАТЬ  
ПОСТЕЛЬНЫЙ  
РЕЖИМ



НЕ ЗАНИМАТЬСЯ  
САМОЛЕЧЕНИЕМ,  
А ВЫЗВАТЬ  
ВРАЧА



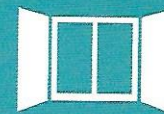
ИСПОЛЬЗОВАТЬ  
СРЕДСТВА  
ИНДИВИДУАЛЬНОЙ  
ЗАЩИТЫ



ОБИЛЬНОЕ  
ПОТРЕБЛЕНИЕ  
ТЕПЛОЙ ЖИДКОСТИ



ПРОВОДИТЬ  
ВЛАЖНУЮ  
УБОРКУ



ПРОВЕТРИВАТЬ  
ПОМЕЩЕНИЕ