



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Кіровоградської області**

ЗАХИЩАЄМОСЬ ВІД ГРИПУ

Пам'ятка населенню



м. Кропивницький



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Кіровоградської області**

ЗАХИЩАЄМОСЬ ВІД ГРИПУ

Пам'ятка населенню



м. Кропивницький

Грип – це серйозне високозаразне захворювання з ризиком госпіталізації та навіть смерті.

▲ Зазвичай симптоми грипу з'являються раптово. Найчастіше це:

- різке підвищення температури тіла (більше 38 °C),
- головний біль,
- біль у м'язах, біль у горлі,
- кашель,
- нежить.

!! Викликайте «швидку» чи терміново звертайтеся безпосередньо до лікарні, якщо є до основних симптомів додалися такі симптоми, як: ■ посиніння обличчя; ■ утруднене дихання; ■ багаторазове блювання та випорожнення;

- порушення свідомості

!! Ці симптоми грипу ігнорувати ні в якому разі не можна. Продовжувати лікування вдома дуже небезпечно, оскільки затримка з госпіталізацією може призвести до смерті хворого.

Правильна профілактика грипу допоможе захистити себе та оточуючих від зараження та запобігти поширенню небезпечних вірусів.

Як не захворіти на грип

👉 Вакцинуйтесь.

😞 Що дає щеплення проти грипу:

- знижує ризик захворювання на грип,
- зменшує кількість візитів до лікаря,
- зменшує кількість пропущених у зв'язку із хворобою робочих або навчальних днів,
- попереджує розвиток серйозних ускладнень.

👉 Дотримуйтесь профілактичних заходів

- Уникайте близького контакту з хворими.
- Якщо захворіли ви, то намагайтеся якнайрідше перебувати поряд із іншими людьми, щоб не заразити їх.
- При кашлі чи чханні прикривайте ніс та рот серветкою.
- Часто мийте руки з милом.
- Намагайтеся не торкатися обличчя, особливо зони очей, носа та рота.
- Протирайте та дезінфікуйте поверхні та предмети, які можуть переносити мікроби та вірус грипу.

👉 Приймайте противірусні препарати тільки за призначенням лікаря

Наша адреса: Україна, 25009, Кіровоградська обл., місто Кропивницький, вул. Княгині Ольги, буд. 2
тел. 0522 330015 e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua
сайт: nmc.dsns.gov.ua/kr

ми у Facebook:



Грип – це серйозне високозаразне захворювання з ризиком госпіталізації та навіть смерті.

▲ Зазвичай симптоми грипу з'являються раптово. Найчастіше це:

- різке підвищення температури тіла (більше 38 °C),
- головний біль,
- біль у м'язах, біль у горлі,
- кашель,
- нежить.

!! Викликайте «швидку» чи терміново звертайтеся безпосередньо до лікарні, якщо є до основних симптомів додалися такі симптоми, як: ■ посиніння обличчя; ■ утруднене дихання; ■ багаторазове блювання та випорожнення;

- порушення свідомості

!! Ці симптоми грипу ігнорувати ні в якому разі не можна. Продовжувати лікування вдома дуже небезпечно, оскільки затримка з госпіталізацією може призвести до смерті хворого.

Правильна профілактика грипу допоможе захистити себе та оточуючих від зараження та запобігти поширенню небезпечних вірусів.

Як не захворіти на грип

👉 Вакцинуйтесь.

😞 Що дає щеплення проти грипу:

- знижує ризик захворювання на грип,
- зменшує кількість візитів до лікаря,
- зменшує кількість пропущених у зв'язку із хворобою робочих або навчальних днів,
- попереджує розвиток серйозних ускладнень.

👉 Дотримуйтесь профілактичних заходів

- Уникайте близького контакту з хворими.
- Якщо захворіли ви, то намагайтеся якнайрідше перебувати поряд із іншими людьми, щоб не заразити їх.
- При кашлі чи чханні прикривайте ніс та рот серветкою.
- Часто мийте руки з милом.
- Намагайтеся не торкатися обличчя, особливо зони очей, носа та рота.
- Протирайте та дезінфікуйте поверхні та предмети, які можуть переносити мікроби та вірус грипу.

👉 Приймайте противірусні препарати тільки за призначенням лікаря

Наша адреса: Україна, 25009, Кіровоградська обл., місто Кропивницький, вул. Княгині Ольги, буд. 2
тел. 0522 330015 e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua
сайт: nmc.dsns.gov.ua/kr

ми у Facebook:

