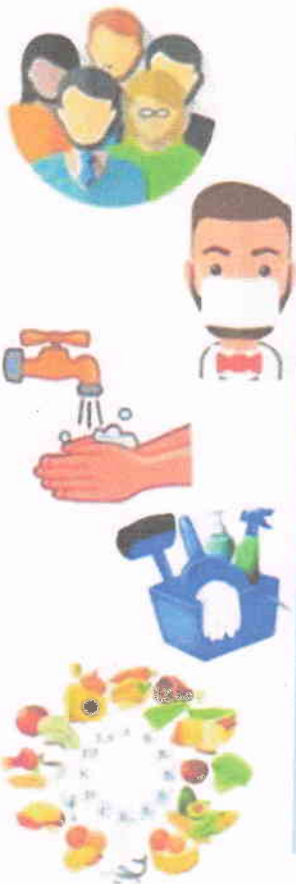


# ПРОФИЛАКТИКА

## гриппа, ОРВИ, коронавирусной инфекции

**Грипп** - разновидность острой респираторной вирусной инфекции (ОРВИ), отличающийся особо тяжёлым течением, наличием тяжёлых осложнений и может закончиться смертельным исходом

**Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ), ОРЗ (острое респираторное заболевание)** это распространённая группа вирусных заболеваний верхних дыхательных путей, в ходе развития заболевания может присоединиться бактериальная инфекция. Основные симптомы ОРВИ это насморк, кашель, чихание, головная боль, боль в горле, усталость.



### ОСНОВНЫЕ МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ ОРВИ

Это закаливание

Правильное питание.

Рациональный питьевой режим

Уменьшение употребления алкоголя и курения

.Избегание переохлаждений.

Регулярное проветривание помещения.

Соблюдение правил личной гигиены.

### ПРОФИЛАКТИКА КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ.

Мыть руки

Использовать антисептики.

Носить маску.

Проветривание помещения.



**ПОМНИТЕ, ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ - В ВАШИХ  
РУКАХ!**

