

# ВНИМАНИЕ, ГРИПП!



ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ  
[WWW.ZORAV.TOMSK.RU](http://WWW.ZORAV.TOMSK.RU)

# СИМПТОМЫ ГРИППА 🍂



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ



КАШЕЛЬ



БОЛЬ В ГОРЛЕ



БОЛИ В МЫШЦАХ



ПОВЫШЕНИЕ  
ТЕМПЕРАТУРЫ  
ДО 38,5 - 40



НАСМОРК

# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ?



**НЕ ПЕРЕНОСИТЕ ГРИПП НА НОГАХ**



**ОСТАВАЙТЕСЬ ДОМА И ВЫЗОВИТЕ  
ВРАЧА НА ДОМ**



**НЕ ВЫХОДИТЕ ИЗ ДОМА ДО ПОЛНОГО  
ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ**

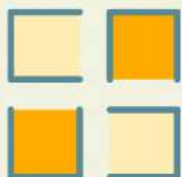
# ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ?



**ИСПОЛЬЗУЙТЕ** ОДНОРАЗОВЫЕ ПЛАТКИ/  
САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ



**ПРОВОДИТЕ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ**  
С ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ СРЕДСТВАМИ



**ПРОВОТРИВАЙТЕ** КОМНАТЫ ЧАЩЕ



**НАДЕВАЙТЕ МАСКУ** ПРИ КОНТАКТЕ СО  
ЗДОРОВЫМИ ЛЮДМИ, МЕНЯЯ ЕЕ КАЖДЫЕ  
2 ЧАСА