



**ПАМЯТКА
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ
ГРИППА, COVID-19
И ДРУГИХ ВИРУСНЫХ
ИНФЕКЦИЙ**



КТО В ГРУППЕ РИСКА ТЯЖЕЛОГО ТЕЧЕНИЯ ГРИППА, COVID-19 И ДРУГИХ ОСТРЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ

- Беременные женщины
- Лица 65 лет и старше
- Дети до 5 лет
- Люди, страдающие хроническими заболеваниями (такими как астма, диабет, сердечные заболевания)
- Лица со сниженным иммунитетом (например, принимающие иммуносупрессивные препараты, такие как стероиды, цитостатики)



MINZDRAV.GOV.BY

**ОДНОВРЕМЕННОЕ
ЗАРАЖЕНИЕ
ТАКИМИ ИНФЕКЦИЯМИ,
КАК COVID-19 И ГРИПП,
ОПАСНО ТЯЖЕЛЫМИ
ОСЛОЖНЕНИЯМИ
ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ**





СИМПТОМЫ ВИРУСНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

- Высокая температура
- Кашель
- Боль в горле
- Насморк или заложенность носа
- Ломота в теле
- Головная боль
- Озноб
- Слабость
- Потеря аппетита
- Диарея (жидкий стул) и рвота
- Затрудненное дыхание или чувство нехватки воздуха
- Внезапное головокружение

Симптомы заболевания могут ослабевать, но затем возобновляться вместе с высокой температурой и усилившимся кашлем.



ЧТО ДЕЛАТЬ?

Вызвать медработника на дом по номеру 103 или по телефону регистратуры ближайшей поликлиники.

Врач определит объем необходимых исследований и тактику лечения, в том числе требуется ли Вам прием симптоматических и противовирусных препаратов.

При тяжелом течении заболевания, в том числе при пневмонии, Вам предложат госпитализацию в стационар для дальнейшего лечения.





ПРОФИЛАКТИКА

Заболевшие могут быть заразными **до 7 дней после начала заболевания.**

Дети, особенно младшего возраста, могут оставаться заразными более длительный период времени.

Прикрывайте рот и нос носовым платком (салфеткой), когда чихаете или кашляете. После использования выбрасывайте платок (салфетку) в мусорную корзину.

Часто мойте руки водой с мылом, особенно после того, как прикрывали рот и нос при чихании или кашле. Спиртосодержащие средства для очистки рук также эффективны.

Старайтесь **не прикасаться руками к глазам, носу и рту.** Именно этим путем распространяются микробы.

Старайтесь **избегать тесных контактов с заболевшими.**

Очищайте твердые поверхности, такие как ручки двери, с помощью бытовых дезинфицирующих средств.



MINZDRAV.GOV.BY

СВОЕВРЕМЕННО ПРОХОДИТЕ ВАКЦИНАЦИЮ

Минздрав рекомендует
ежегодно делать
прививку от гриппа.

Каждые 6 месяцев
обновлять иммунную защиту
от COVID-19, особенно людям
с факторами риска
тяжелого течения.

