

## ЗАЩИТИМСЯ ОТ ГРИППА

Вирус гриппа «присутствует» на земном шаре постоянно. Чаще всего заболевание вызывают две разновидности вирусов гриппа - А и В. Оба типа вируса одинаково агрессивны, изменчивы, заразны и могут сопровождаться тяжелыми осложнениями.

Грипп – серьезное инфекционное заболевание. Особенно тяжело оно протекает у тех, у кого есть хронические заболевания сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, эндокринной системы, различные нарушения обменных процессов, иммунодефицитные состояния, а также у маленьких детей, беременных женщин и людей старше 65 лет.

Вирусы передаются от человека к человеку через кашель, при чихании, при тесном контакте. Любой человек, близко контактирующий с больным, подвергается риску воздействия потенциально инфекционных вдыхаемых капель. Возбудители могут попасть в организм и контактным путем через загрязненные руки.

### Правила профилактики гриппа:



Сократите время пребывания в местах массовых скоплений людей и общественном транспорте. Пользуйтесь маской в местах скопления людей. Избегайте тесных контактов с людьми, которые имеют признаки заболевания, например чихают или кашляют. Регулярно тщательно мойте руки с мылом, особенно после улицы и общественного транспорта. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь.

**Предотвратить заболевание, а также значительно снизить риск развития осложнений можно с помощью прививки от гриппа.**