

## ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ?

-  Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.
-  Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.
-  Избегайте многолюдных мест. Надевайте гигиеническую маску для снижения риска распространения инфекции.
-  Прикрывайте рот и нос платком, когда чихаете или кашляете. Как можно чаще мойте руки с мылом.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ?

-  **Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.**
-  **Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.**
-  **Часто проветривайте помещение.**
-  **Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.**
-  **Часто мойте руки с мылом.**
-  **Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).**
-  **Ухаживать за больным должен только один член семьи.**