

11**ДЛЯ ОЗДОРОВЛЕНИЯ:**

Если вы заметили у себя симптомы гриппа, то постарайтесь находиться в теплом помещении и употреблять как можно больше жидкости.

12**ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА!**

Если состояние больного ухудшается, немедленно вызывайте врача.

11**ВНИМАНИЕ!**

Опасные симптомы: общая слабость, изменение сознания, судороги, одышка, не возможность пить жидкости, высокая температура.

12

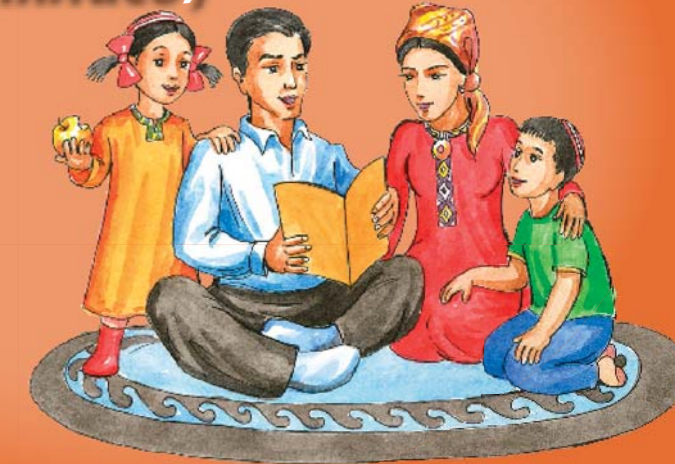
Предупредить болезнь в наших руках. Будьте ответственны перед своим здоровьем! Не болейте!



unicef 

ПРЕДУПРЕДИМ ГРИПП!

Чтобы болезнь не распространялась, следуйте следующим советам



1

**ЧИТАЙТЕ,
ОБУЧАЙТЕСЬ!**



Узнавайте информацию
о болезни и обучайте
ей своих детей.

2

МОЙТЕ!



Чаще
мойте руки!

3

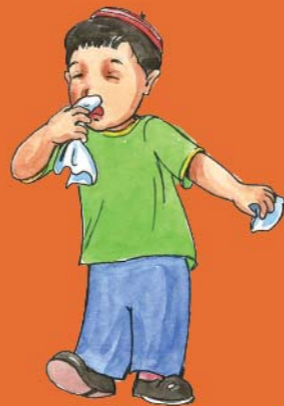
НЕ ПРИБЛИЖАЙТЕСЬ!



Не приближайтесь
к людям, которые
кашляют и чихают.
Расстояние до них должно
быть не менее 1 м.

4

ПРИКРЫВАЙТЕ РОТ!



При чихании и кашле
закрывайте рот
носовым платком.

5

**НЕ ВЫХОДИТЕ
ИЗ ДОМА!**



Если вы заболели
попытайтесь не
выходить из дома.

6

ПРОВЕТРИВАЙТЕ!



Каждый день
проветривайте
помещение, открывая
занавески и двери.

7

ЗАБОТЬТЕСЬ!



Если у вас есть больной предоставьте
ему отдельное помещение и
прекрасьте к нему специального
человека. Старайтесь как можно чаще
справляться о здоровье больного.

8

**КОРМИТЕ ГРУДНЫМ
МОЛОКОМ!**



Если мама заболела,
она должна защитить себя от болезни,
при этом кормление ребенка грудным
молоком приносит хорошие
результаты.