

## Необходимо помнить!

Грипп часто приводит к тяжелым, иногда смертельным осложнениям; не лечится антибиотиками; быстро передается ближайшему окружению; тяжело протекает и приковывает к постели на несколько дней, выбивает из обычного ритма жизни как минимум на 2 недели.



## Ваши действия при первых симптомах гриппа

Обратитесь к врачу и примите следующие меры:

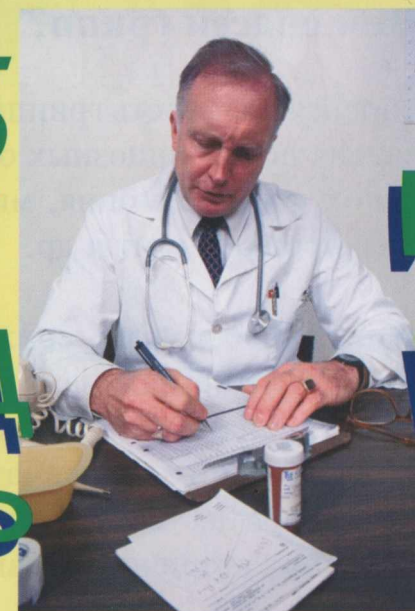
1. Соблюдать постельный режим
2. Помещение, где находится больной, должно регулярно проветриваться и подвергаться влажной уборке.
3. Обильное питье в виде горячего чая, клюквенного или брусничного морса, боржоми с молоком и др.
4. Жаропонижающие средства (при  $t$  тела  $38^{\circ}\text{C}$  и выше) – парацетамол (панadol, колдрекс).
5. Поливитамины, витамин «С» (аскорбиновая кислота).



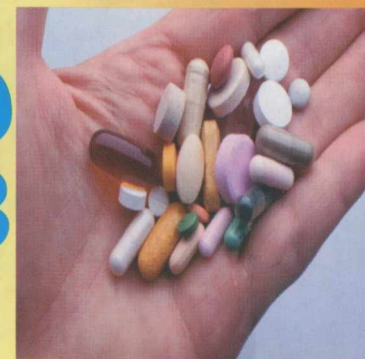
Желаем Вам  
крепкого здоровья!

ГУ «Брестский зональный центр гигиены  
и эпидемиологии»

Б  
У  
Д  
Ь  
З  
Д  
О  
Р  
О  
В



И  
Н  
Е  
К  
А  
Ш  
Л  
Я  
Й

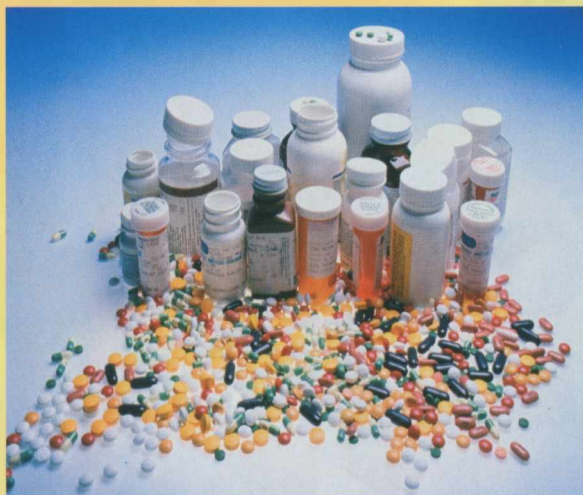


## Чем опасен грипп?

Основная опасность гриппа – это риск развития постгриппозных осложнений, таких как пневмония, миокардит, артрит, бронхит, отит и др.

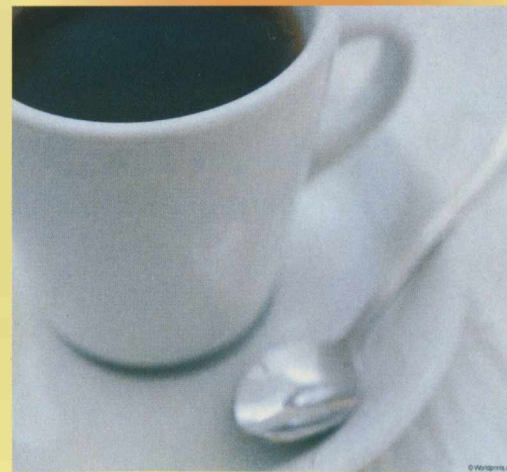
Грипп способствует снижению защитных свойств организма. Это приводит к обострению различных хронических заболеваний – ревматизма, бронхита, нефрита, холецистита, к возникновению вторичных бактериальных осложнений.

Повышение заболеваемости гриппом случается каждый год, обычно в холодное время года, поражает до 15% населения земного шара.



## Симптомы болезни

- ✓ Повышение температуры тела
- ✓ Озноб
- ✓ Слабость
- ✓ Суставные и мышечные боли
- ✓ Головная боль
- ✓ Боль в горле
- ✓ Сухой (в ряде случаев влажный) болезненный кашель
- ✓ Насморк



## Как протекает грипп?

Инкубационный период обычно длится 1-2 дня, но может продолжаться до 5 дней.

Если грипп протекает без осложнений, то острый период болезни продолжается 3-5 дней и окончательное выздоровление наступает в течение 5-10 дней.

После перенесенного гриппа в течение 2-3 недель могут сохраняться такие явления, как утомляемость, слабость, головная боль, раздражительность, бессонница и др.

Однако после гриппа часто возникает повторное инфицирование бактериями или другими вирусами (т.к. организм ослаблен болезнью).

