

На жаль, зараз відбувається сезонний період підвищеного захворювання на вірусні інфекції!

Хворіють не тільки діти, а й дорослі різних категорій.



👉 Тому, будьте уважні! За перших симптомів рекомендуємо одразу звертатися до сімейного лікаря, який проведе діагностику та призначить адекватне лікування. Не займайтеся самолікуванням!

🤒 **Клінічні ознаки грипу:**

- ♦ раптовий початок;
- ♦ головний біль;
- ♦ ломота у м'язах і суглобах;
- ♦ біль у горлі;
- ♦ підвищення температури тіла до 38 °C і більше;
- ♦ кашель;
- ♦ в окремих випадках — блювота і пронос.

? Як можна заразитися вірусом грипу ?

Вірус грипу передається повітряно-краплинним, повітряно-пиловим шляхом (вірусні частки переносяться повітрям від хворої людини до здорової під час розмови, кашлю, чхання), внаслідок тісного контакту (перебування на відстані близько 2 м).

? Як довго є заразним хворий на грип ?

Хвора людина, навіть із легкою формою грипу, становить небезпеку для інших протягом усього періоду прояву симптомів — це, в середньому, сім днів.

! Ускладнення грипу

Найчастіше це пневмонія. Також нерідко розвивається серцева недостатність.

? Як запобігти зараженню грипом ? :

- ♦ уникайте контакту з особами, що мають прояви грипозної інфекції;
- ♦ обмежте відвідування місць великого скупчення людей;
- ♦ часто провітрюйте приміщення;
- ♦ часто мийте руки з милом;
- ♦ не торкайтеся очей, носа, рота немитими руками;
- ♦ уникайте обіймів, поцілунків і рукоштовань;
- ♦ прикривайте ніс і рот під час чхання або кашлю одноразовою серветкою, яку зразу ж після використання потрібно викинути;
- ♦ якщо у людини є симптоми грипу, то необхідно триматися від неї на відстані не менше двох метрів.

👉 Найкраща профілактика грипу — це щорічна вакцинація.

Щорічна вакцинація від грипу — це найкращий спосіб:

- ♦ зменшити ризик захворіти на грип;
- ♦ зменшити ризик серйозних ускладнень, госпіталізації та смерті.

Вакцина захищає від усіх актуальних штамів грипу, є безпечною і ефективною.

Якщо Ви вже захворіли — менше контакуйте з оточенням та носіть захисну маску.

🙏 БЕРЕЖІТЬ СЕБЕ ТА СВОЄ ЗДОРОВ'Я !