

ГРИПП ВЫБИРАЕТ ТЕБЯ! И ТЫ ВЫБИРАЕШЬ ГРИПП?

Осложнения:



БРОНХИТ
(воспаление
бронхов)



ПНЕВМОНИЯ
(воспаление
легких)



ПИЕЛОНЕФРИТ
(воспаление
почечных
лоханок)



МИОКАРДИТ
(поражение сердечной
мышцы (миокарда),
как правило
воспалительного
характера)



МИОЗИТ
(воспалительное
поражение
скелетной
мускулатуры)



СИНУСИТ
(воспаление слизистой
оболочки одной
или нескольких
придаточных
пазух носа)



МЕНИНГИТ
(воспаление оболочек
головного мозга
и спинного
мозга)



ОТИТ
(воспаление
в ухе)



ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ
(воспаление
почечных
клубочков)



ПЕРИКАРДИТ
(воспаление
оболочки
сердца)



ЭНЦЕФАЛИТ
(воспаление
головного
мозга)



ПРОФИЛАКТИКА:

СВОЕВРЕМЕННО ДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКИ ОТ
ГРИППА (перед вакцинацией обязательно
проконсультируйтесь с врачом)



ПРИДЕРЖИВАЙТЕСЬ ЗДОРОВОГО
ОБРАЗА ЖИЗНИ, включая закаливание

СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ,
тщательное и часто мытье рук



ПРИ КОНТАКТЕ С БОЛЬНЫМ ЧЛЕНОМ СЕМЬИ
ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ МАСКИ

СТАРАЙТЕСЬ ИЗБЕГАТЬ МЕСТ МАССОВОГО
СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ (магазинов, общественного
транспорта и т.д.)



ЧАЩЕ БЫВАЙТЕ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ,
проводите влажную уборку и проветривание
помещений

ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ
ОДНОРАЗОВЫЙ НОСОВОЙ ПЛАТОК



ВКЛЮЧИТЕ В РАЦИОН СВЕЖИЕ ФРУКТЫ
И ОВОЩИ, репчатый лук, чеснок, цитрусовые

ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики Костромской области»

(4942) 45-01-35
г. Кострома, ул. Ленина, 151
cmp@lpu.dzo-kostroma.ru
ok.ru/zdorovaya.kostroma/
vk.com/zdorovaya_kostroma



ОГБУЗ «Центр медицинской
профилактики Костромской области»



ДЕПАРТАМЕНТ ЗАДРАВНООХРАНИ
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

