

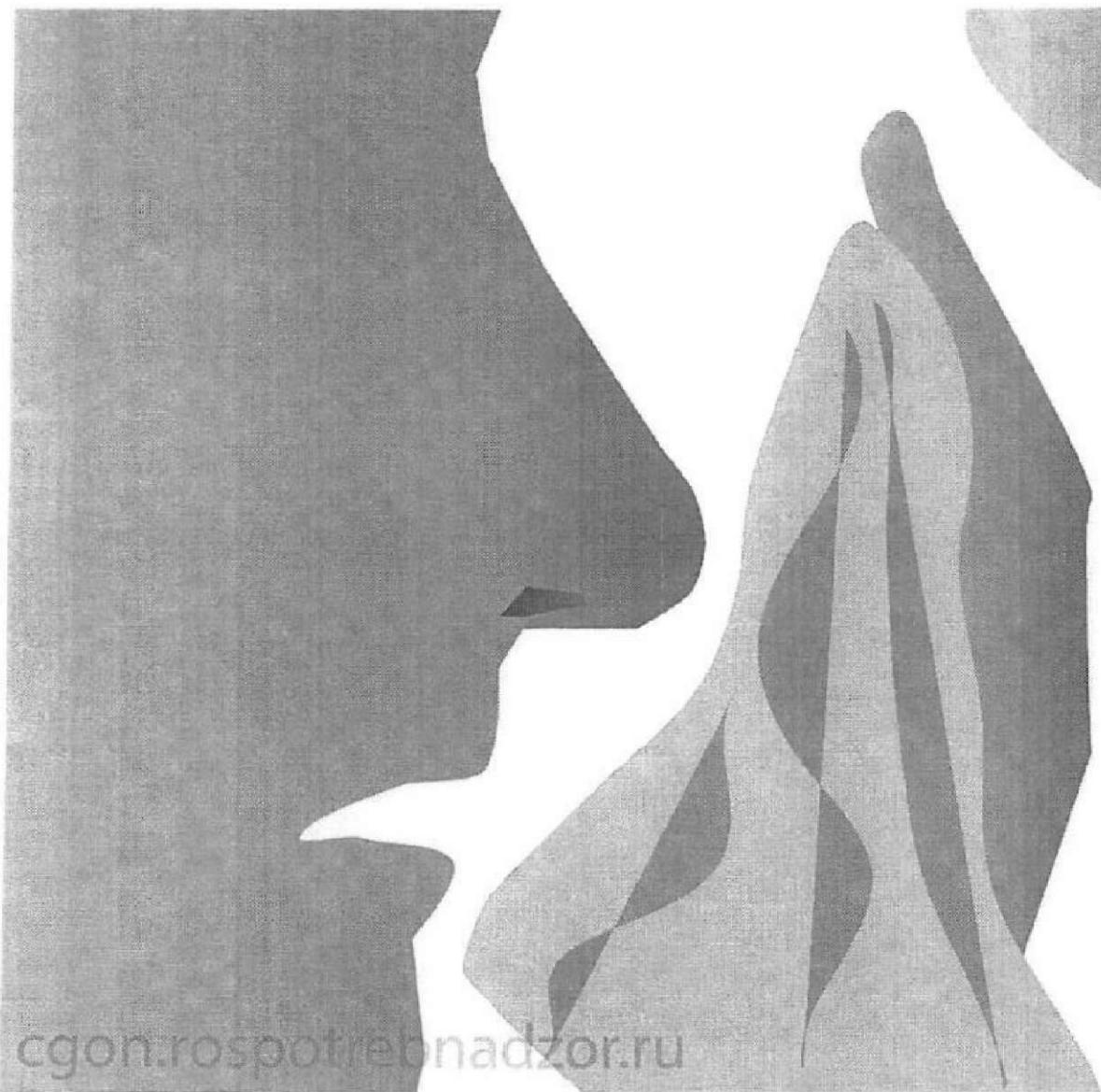
плакат

ГРИПП?
КОРОНАВИРУС?
ОРВИ?

#ЧИСТЫЕ
РУКИ-
ТВОЯ ЗАЩИТА

cgon.rosпотребнадзор.ru

ИМАКАТ

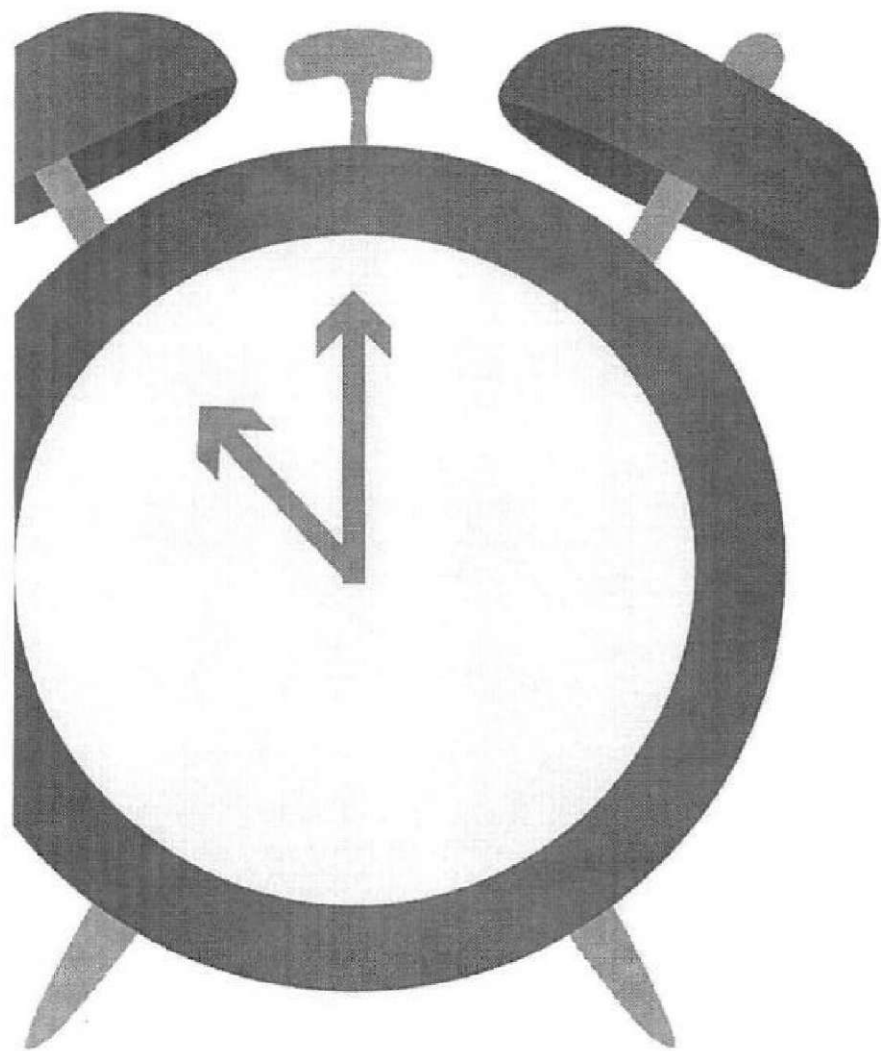


ГРИПП?
КОРОНАВИРУС?
ОРВИ?

#ПРИКРЫВАЙ
СВОЙ РОТ
И НОС

cgon.rospotrebnadzor.ru

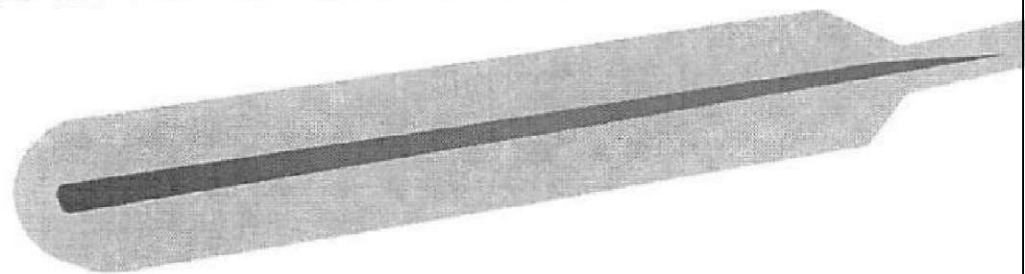
клат



ospotrebnadzor.ru

ГРИ
КОРОНАВИР
ОР

#ЗАБОЛЕЛ?
ОСТАНЬСЯ ДОМА!
#ВЫЗОВИ ВРАЧА



маска

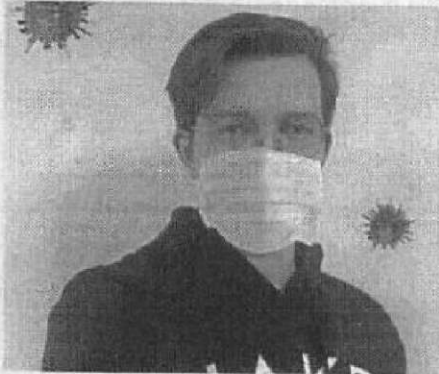
ГРИ
КОРОНАВИРУ
ОР

#НАДЕНЬ
МАСКУ

ospoibrebradzor.ru



МЕДИЦИНСКАЯ МАСКА



ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОДНОРАЗОВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

✓ КОГДА НАДЕВАТЬ?

Надевайте маску в людных местах, в транспорте, при контактах с людьми, имеющими признаки острой респираторной вирусной инфекции.
При контактах со здоровыми людьми, в случае, если вы больны.

✓ КАК?

Надевать маску следует так, чтобы она закрывала рот, нос, подбородок и плотно фиксировалась (при наличии завязок на маске их следует крепко завязать).
Если одна из поверхностей маски имеет цвет, то маску надевают белой стороной к лицу.

✓ ВАЖНО!

Специальные складки на маске надо развернуть, вшитую гибкую пластину в области носа, следует плотно прижать к спинке носа для обеспечения более полного прилегания к лицу.

✓ КАК ЧАСТО?

Менять маску - 1 раз в 3 часа (или чаще).
Если маска увлажнилась, ее следует заменить на новую.

✓ СКОЛЬКО РАЗ?

Медицинскую маску используют однократно.

✓ УТИЛИЗАЦИЯ

Выбрасывайте маску сразу после использования.

✓ ПОМНИТЕ!

В сочетании с тщательной гигиеной рук и карантинными мерами маска максимально снизит риск заражения гриппом, коронавирусом и ОРВИ.



Исчерпывающий план

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ДРУГИХ ОРВИ



СИМПТОМЫ



СПЕЦИАЛЬНАЯ ВОЗБУДИТЕЛЬНАЯ СРЕДА
ТЕМПЕРАТУРА
УСТАЛОСТЬ
ЛОЖИТЬСЯ
НАСКОРНО
КАШЕЛЬ
РАССТРОЙСТВА ПИЩЕВАРЕНИЯ

КТО В ГРУППЕ РИСКА?

Наиболее тяжело переносят гриппозные инфекции следующие группы:



КАЖДЫЙ ЧЕЛОВЕК РИСКУЕТ ЗАБОЛЕТЬ, НЕ СМОТЯ НА ВОЗРАСТ, ПОЯ, УСЛОВИЯ ЖИЗНИ И СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

МОЙТЕ РУКИ!



ВАШ ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПЛАН ПРОФИЛАКТИКИ:



- ИЗБЕЖАТЬ МНОГОлюдных мест
- ИЗБЕЖАТЬ ПУТЕШЕСТВИЙ
- ИЗБЕЖАТЬ КОНТАКОВ С БОЛЕЗНЫМИ
- СЛЕДИТЬ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ
- ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ
- ПРЕДУПРЕЖДАТЬ ПОСЛЕ КОНТАКОВ
- СЛЕДИТЬ ЗА СОСТОЯНИЕМ ЗДОРОВЬЯ
- ПРЕДУПРЕЖДАТЬ ПОСЛЕ КОНТАКОВ

