

Что делать, если вы заболели?

Соблюдайте постельный режим



Не занимайтесь самолечением



Используйте салфетки при кашле и чихании



Вызовите врача



Пейте больше жидкости



Регулярно проветривайте помещение



Министерство здравоохранения Астраханской области



ГБУЗ АО «Областной центр общественного здоровья и инфекционной профилактики»



Профилактика гриппа, ОРВИ и COVID-19

«Сознание своей болезни и готовность лечиться - уже начало исцеления»

Мигель де Сервантес

Министерство здравоохранения Астраханской области
ГБУЗ АО «Областной центр общественного здоровья и инфекционной профилактики»
414054 г. Астрахань, ул. Котляковского, стр. 6
Тел. (факс) 8(8552) 51-24-77
e-mail: kcc@nprf-50.ru
сайт: nprf-50.ru

Симптомы ОРВИ

Резкий подъем температуры тела (при легкой форме не достигает 38 С)

Головная боль

Изменение слизистых

Ломота в мышцах и суставах

Боль, першение в горле

Сухой кашель

Общее недомогание, слабость

Также могут отмечаться:

Потеря аппетита

Повышенное потоотделение

Симптомы гриппа

Резкий подъем температуры тела и озноб

Головная боль

Ломота в мышцах и суставах

Боль, першение в горле

Сухой кашель

Общее недомогание, слабость

Желудочно-кишечные

расстройства

Светобоязнь

Симптомы COVID-19

Повышение температуры тела до 37-39 С

Кашель – сухой или с небольшим количеством мокроты

Одышка

Утомляемость

Ощущение заложенности в грудной клетке

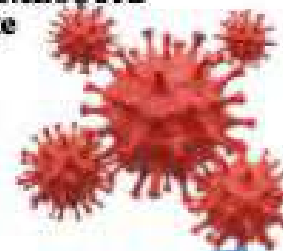
Также могут отмечаться:

Боль в горле

Насморк

Снижение обоняния и вкуса

Признаки конъюнктивита



Профилактика заболеваний

Ведите здоровый образ жизни



Регулярно мойте руки



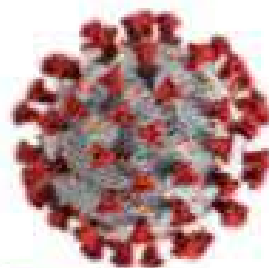
Используйте средства личной защиты



Избегайте контакт с заболевшим



Ограничьте пребывание в местах скопления людей



Сделайте прививку от гриппа и COVID-19

