

Осенне-зимний период - время подъема сезонных, вирусных заболеваний! Просим Вас ознакомиться с актуальной информацией по профилактике COVID-19, Гриппа и других респираторных заболеваний.

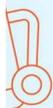
## ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ СЕЗОННОГО ГРИППА, COVID-19 И ДРУГИХ РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ

При появлении тревожных симптомов **ВАЖНО** как можно скорее обратиться за медицинской помощью:

- ✓ в дневное время - в свою поликлинику
- ✓ в ночное время - в скорую медицинскую помощь - по телефону **112**

### Если Вы заболели:

- ✓ соблюдение постельного режима
- ✓ обильное питье (кипяченая вода, слабуминерализованная минеральная вода, клюквенный/брусничный морсы, несладкий чай с лимоном)
- ✓ до прихода врача, при необходимости, применить (с учетом индивидуальной переносимости препаратов и возраста):
  - ✓ сосудосуживающие средства в виде капель в нос для облегчения дыхания;
  - ✓ жаропонижающие препараты при температуре выше 38,5



## Тревожные симптомы:

- ✓ температура тела выше 38 градусов
- ✓ ломота в теле
- ✓ внезапное головокружение
- ✓ сильная головная боль
- ✓ приступообразный кашель
- ✓ затрудненное дыхание или чувство нехватки воздуха
- ✓ боли или чувство тяжести в груди или в брюшной полости
- ✓ тошнота, рвота, диарея

