

Грип А (H1N1)

Як захистити себе та оточуючих



При чханні та кашлі прикривайте ніс та рот носовою хустинкою



Викидайте одноразові носові хустинки в призначені для цього контейнери одразу ж після використання



Регулярно мийте руки з милом



При появі симптомів грипу негайно звертайтеся за медичною допомогою



Якщо у Вас симптоми грипу, тримайтесь на відстані не менше 1 метру від оточуючих



Якщо у Вас симптоми грипу, дотримуйтесь домашнього режиму: не ходіть на роботу, в школу, в місця скучення людей



Уникайте обіймів, поцілунків та рукополюскань



Старайтесь не чіпати ніс, очі чи рот немитими руками



Навчально-методичний
центр цивільного захисту та
безпеки життєдіяльності
Чернівецької області

ІНФОРМУЄ...

УВАГА, ГРИП!



пам'ятка населенню

Адреса НМЦ ЦЗ та БЖД
Чернівецької області:

58001, м. Чернівці, вул. Кордуби, 9,
т. (0372) 57-75-17, ф. (0372) 52-47-48,
<http://www.nmc.cv.ua>
e-mail: nmc.chernivtsi@mns.gov.ua,
metodcv_nmc@ukr.net
(методичний кабінет)

Розповсюджується безкоштовно!

Чернівці

Грип - гостре інфекційне захворювання. Збудником захворювання є вірус, а джерелом - хворі на грип. Збудник захворювання проникає в організм людини повітряно-крапельним шляхом, через заражені предмети загального користування, столовий посуд та ін.

Характер клінічного протікання хвороби:

Захворювання починається з ознобу, головного болю, загального недомогання, відчуття розбитості, високої температури. З'являється нежить і кашель, біль в очах, носові кровотечі, зміни зі сторони серцево-судинної системи.

Профілактичні заходи:

- активне виявлення, ізоляція, госпіталізація хворих і підозрілих на захворювання;
- посилення санітарного режиму в школах, дитячих дошкільних закладах, у колективах;
- проведення специфічної профілактики.

Перенесення грипу "на ногах" може призвести до тяжких ускладнень хвороби. Можливі ускладнення, пов'язані із запаленням мозку і його оболонки (менінгіт).

Легеневі ускладнення спостерігаються головним чином у маленьких дітей і людей похилого віку.

Швидкість поширення грипу значною мірою залежить від свідомості населення.

Хворим на грип не можна користуватись спільними речами (рушником, посудом і ін.), вітатись за руку, цілувати рідних та близьких, особливо дітей та людей похилого віку.

Члени родини при догляді за хворими повинні прикривати ніс та рот марлевою маскою, яку можна виготовити в домашніх умовах.



Потрібно систематично провітрювати кімнату, в якій перебуває хворий.

Приміщення слід прибирати вологим способом, використовуючи 0,5 % розчин відстояного хлорного вапна або 1% розчин хлораміну.

З метою профілактики вживати часник та цибулю.



НІ В ЯКОМУ РАЗІ НЕ ЗАЙМАЙТЕСЯ САМОЛІКУВАННЯМ !