



# Что нужно знать о гриппе?

Грипп – это острое вирусное заболевание, которое может поражать верхние и нижние дыхательные пути, сопровождается выраженной интоксикацией и может приводить к серьезным осложнениям и летальным исходам.

## Пути распространения инфекции:

## Симптомы гриппа и Covid-19 схожи!



Контактно-бытовой



Воздушно-пылевой



Воздушно-капельный



Повышенная температура



Озноб



Насморк



Головная боль

## Как защититься от гриппа?



Вакцинация



Избегайте мест скопления людей



Употребляйте больше белковой пищи и витаминов



Соблюдайте водный баланс



Избегайте переохлаждения



Откажитесь от вредных привычек



Используйте маски