

Профилактика ГРИППА и ОРВИ



Минздрав напоминает:

☐ Возбудители острых респираторных инфекций сохраняются на поверхностях от 1 часа до суток.

⇒ Сухой воздух и пыль ухудшают течение заболевания.

‡ Методы профилактики ОРВИ:

☛ Влажная уборка 1-2 раза в неделю.

⇒ Проветривание - ежедневно.

☐ Уборку начинайте с верхних частей помещения: поверхности мебели, карнизы и кондиционеры.

⦿ Особое внимание уделите: ручкам дверей, шкафов, выключателям, клавиатуре компьютера и мобильнику.

☉ Не забывайте про кухню: мы готовим пищу, а возбудители респираторных инфекций сохраняются на посуде и кухонном инвентаре.

☞ Заканчивайте уборку ванной и санузлом.

☐ Используйте дезинфицирующие средства!

☛ Если в доме есть больной: изолируйте его в отдельную комнату и определите индивидуальную посуду.

→ ☐ Соблюдайте респираторный этикет:



□

При кашле и чихании используйте платок или прикрывайте рот локтем.

□ Мойте руки с мылом.

Стандарт обработки рук EN-1500

<p>1-й этап: Ладонь к ладони. Внимание: включая запястья</p>	<p>2-й этап: Правая ладонь на тыльной стороне левой кисти, затем левая ладонь на тыльной стороне правой кисти</p>	<p>3-й этап: Ладонь к ладони. Внимание: включая запястья</p>
<p>4-й этап: Пальцы сплетены, наружная их сторона соприкасается с противоположной ладонью</p>	<p>5-й этап: Протирание большого пальца круговыми движениями в кольцо из левой ладони и наоборот</p>	<p>6-й этап: Круговые втирающие движения в одну и другую сторону кончиками сомкнутых пальцев правой руки по левой ладони и наоборот</p>

Ведите здоровый образ жизни.

жизни.

☺ Если заболели - используйте маску.

☑ При появлении признаков заболевания — обратитесь к врачу!