

ОСТОРОЖНО! ГРИПП

СИМПТОМЫ

- Резкий подъем температуры тела (больше 38°C)
- Головная боль
- Ломота в мышцах и суставах
- Желудочно-кишечные расстройства (тошнота, рвота, понос)
- Сухой кашель и затрудненное дыхание
- Боль в горле
- Слабость

ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ, НЕОБХОДИМО:

- ✓ Не заниматься самолечением, а вызвать врача
- ✓ Остаться дома и соблюдать постельный режим
- ✓ Использовать средства индивидуальной защиты
- ✓ Обильное потребление теплой жидкости
- ✓ Соблюдать самоизоляцию до 7 дней

