



Государственное учреждение
«Гродненский областной центр гигиены,
эпидемиологии и общественного здоровья»

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА, COVID-19 И РЕСПИРАТОРНЫХ ВИРУСНЫХ ИНФЕКЦИЙ



Оставайтесь дома, если заболели. Заболевшие могут быть заразными до 7 дней после начала заболевания.



Прикрывайте нос и рот носовым платком (салфеткой) при кашле и чихании. После использования выбрасывайте платок (салфетку) в мусорную корзину.



Чаще мойте руки водой с мылом, особенно после того, как прикрывали нос и рот при чихании и кашле. Спиртосодержащие средства для обработки рук также эффективны.

Обработывайте дверные ручки, поверхность мебели и другие предметы с помощью бытовых дезинфицирующих средств.



Не прикасайтесь ко рту, носу и глазам.



Избегайте близкого контакта с заболевшим.



СВОЕВРЕМЕННО ВАКЦИНИРУЙТЕСЬ ОТ ГРИППА И COVID-19