

ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



При чихании
прикрывайтесь
рукой



Когда сам болеешь
или когда рядом с тобой больные люди,
то надевайте
медицинскую маску



Купайтесь
в чистой
воде

Ведите
ЗДОРОВЫЙ
ОБРАЗ
ЖИЗНИ

- соблюдайте режим дня
- правильно питайтесь
- занимайтесь спортом
- откажитесь от вредных привычек
- будьте в хорошем настроении



Пейте только кипяченую воду



В период эпидемии
не посещайте общественные места



При чихании
пользуйтесь
личным
НОВОСЫМ
ПЛАТКОМ

Если вы
болеете –
оставайте
дома,
не посещайте
общественные места



Мойте
руки
ПОСЛЕ
ПРОГУЛКИ

После мытья руки
нужно насухо вытирать



Не употребляйте продукты
с истекшим сроком годности

Если в период
эпидемии вы всё-таки
находились в общественном месте,
то после этого
прополощите горло водой,

побрызгайте
в нос
специальным
спреем



Храните
продукты
правильно



Мойте
фрукты,
овощи
перед
употреблением

Прививки
защитят вас
от инфекционных
заболеваний



Мойте руки
ПЕРЕД ЕДОЙ
и ПОСЛЕ

ПОСЕЩЕНИЯ ТУАЛЕТА

После мытья руки
нужно насухо вытирать



Принимать
антибиотики
без назначения
врача



Отказаться
от еды



Одеться
потеплее