

Если Вы почувствовали признаки болезни у себя или заметили признаки у окружающих:

- ◆ срочно обратитесь к врачу;
- ◆ используйте одноразовые маски для себя и заболевших;
- ◆ изолируйте заболевших от здоровых людей (поместите в отдельное помещение) и сведите контакты до минимума.

Профилактика:

- прививки являются самым надежным способом профилактики инфекционных заболеваний. Оптимальное время проведения вакцинации до начала сезонного подъема инфекционной заболеваемости (сентябрь - октябрь);
- тщательно мойте руки с мылом или протирайте дезинфицирующими средствами, используйте одноразовые полотенца;
- одноразовые маски - средство индивидуальной защиты органов дыхания, не пренебрегайте ими в общественных местах;
- реже прикасайтесь к глазам и носу;
- избегайте контактов с чихающими и кашляющими людьми;
- придерживайтесь здорового образа жизни;
- принимайте большое количество жидкости.



При появлении симптомов заболевания немедленно обращайтесь за медицинской помощью

**Единый консультационный центр
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8 800 555 49 43**

**КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ
8 938 440 05 73 (в период массовых мероприятий),
8 861 204 24 29 (в рабочие дни)**