**Опасно! Грипп!**

**Грипп** –опасное заразное заболевание. Среди известных современной медицине болезней грипп занимает первое место по массовости и быстроте распространения, по ущербу, наносимому здоровью людей и народному хозяйству. Единственным источником и распространителем гриппа является больной человек. Возбудитель гриппа находится в носу и носоглотке больного человека. При кашле, чихании и даже при обычном разговоре возбудитель гриппа вместе с мельчайшими каплями мокроты, слюны и слизи выбрасывается в воздух, заражая при этом окружающих людей. Заразиться можно также через рукопожатия и предметы, которыми пользовался больной.

 **Основной мерой профилактики против гриппа является прививка**. Поэтому необходимо в ближайшее время (до декабря) привиться вакциной против гриппа для того, чтобы смог выработаться иммунитет.

 Чтобы **предупредить** распространение заболевания гриппом, заболевшего немедленно уложите в постель и изолируйте его от остальных членов семьи. Если у Вас нет отдельной комнаты**, ОТГОРОДИТЕ КРОВАТЬ БОЛЬНОГО ШИРМОЙ ИЛИ** **ПРОСТЫНЕЙ И ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА**, Выделите для больного **ОТДЕЛЬНУЮ ПОСУДУ,** **ПОЛОТЕНЦЕ**, Посуду обеззараживайте кипячением.

 Ухаживая за гриппозным больным, всякий раз, подходя к нему, Надевайте маску, сшитую из четырех слоев стиранной марли или двух слоев стиранного ситца. Маску ежедневно меняйте, стирайте и проглаживайте горячим утюгом.

 **Чаще ПРОВЕТРИВАЙТЕ КОМНАТЫ И ОСОБЕННО ТУ, В КОТОРОЙ НАХОДИТСЯ** **БОЛЬНОЙ.**

Мойте пол и протирайте ручки дверей и предметы, к которым прикасался больной дезинфицирующим раствором. При отсутствии дезинфицирующих средств проводите уборку помещений влажным способом. **Чаще мойте руки с мылом,** и обязательно после каждого общения с гриппозным больным.

**При кашле и чихании прикрывайте нос и рот платком. Матери**, кормящиегрудных детей, при кормлении и уходе за ребенком надевайте марлевые маски.

**Не лечитесь сами**. Принимайте лекарства только по назначению врача. К сожалению, есть еще люди, которые стараются перенести грипп на ногах, бывают в местах большого скопления людей (транспорт, кинотеатры, клубы и др.). Подобное отношение к чужому и своему здоровью подвергайте общественному осуждению, так как оно вызывает опасность дальнейшего распространения гриппа.