

Памятка для обучающихся при проявлении симптомов

гриппоподобной болезни

Симптомы:

Признаки заболевания, вызываемого новым вирусом гриппа (H1M1) у людей включают:

- высокую температуру;
- кашель;
- боль в горле;
- насморк или заложенность носа;
- боли во всем теле;
- головную боль;
- озноб;
- слабость.

У некоторых людей, инфицированных новым вирусом гриппа А (H1M1), также отмечаются понос и рвота.

Если вы заболели

1. Если у Вас появились признаки болезни в образовательном учреждении необходимо сообщить преподавателям и немедленно обратиться к медицинскому работнику.

2. Если у Вас появились признаки заболевания дома, необходимо сообщить родителям и обратиться в участковую поликлинику по телефону, вызвать врача. В случае высокой температуры тела, наличия рвоты, одышки и других симптомов тяжелого состояния следует вызвать бригаду неотложной медицинской помощи

Как себя вести во время болезни

1. Заболевание может продлиться неделю или дольше. Вы должны оставаться дома или поехать в больницу (по рекомендации врача).

2. Прикрывайте рот и нос носовым платком при чихании или кашле. После использования выбрасывайте платок в мусорную корзину.

3. Чаще мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания.

4. Старайтесь не прикасаться руками к глазам, носу и рту.

5. Старайтесь избегать близких контактов с больными людьми.

6. Если вы больны гриппоподобным заболеванием, оставайтесь дома в течение 7 дней после появления признаков болезни.

7. Если вы больны и находитесь в доме с другими членами семьи, носите медицинскую маску, чтобы не заразить ваших близких.