



Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В  
СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ  
ЧЕЛОВЕКА ПО ОРЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
(Управление Роспотребнадзора по Орловской области)

Наугорское ш., д. 2а, г. Орел, 302020  
Тел.: 8 (4862) 41 51 97; Факс: 8 (4862) 41 51 97  
E-mail: uprav@57.rospotrebnadzor.ru  
<http://www.57.rospotrebnadzor.ru>  
ОКПО 75663793 ОГРН 1055753017990  
ИНН 5753036541 КПП 575301001

Главам администрации  
городов и районов  
Орловской области

10.09.2020 № 57-00-02/09-8633-2020  
На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Управление Роспотребнадзора по Орловской области в рамках подготовки к эпидемическому сезону по гриппу и острым респираторным вирусным инфекциям 2020-2021 годов, в целях усиления мероприятий по предупреждению заболевания гриппом и острыми респираторными вирусными инфекциями направляет Вам памятку по профилактике гриппа для размещения на информационных стендах (официальных сайтах) образовательных учреждений.

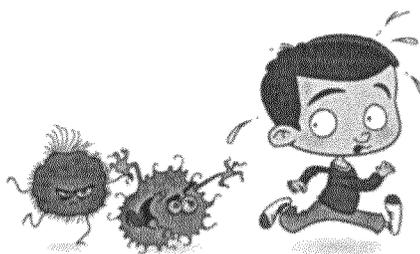
Приложение: Памятка по профилактике гриппа для родителей.

Заместитель руководителя

И. Н. Фролова

# ПАМЯТКА

## по профилактике гриппа для родителей



**Грипп**, вызываемый постоянно изменяющимся вирусом, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, а также через руки, которыми мы прикрываем нос и рот вовремя чихания и кашля.

**Симптомы гриппа:** повышенная температура, кашель, боль в горле, ломота в теле, головная боль, озноб и усталость, изредка - рвота и понос. У взрослых болезнь, как правило, начинается внезапно с резкого повышения температуры, головной боли, мышечных и суставных болей.

У детей грипп протекает по-разному: одни становятся вялыми, много спят, другие - беспокойными, раздражительными, температура повышается до 38,0° - 39,0° С, отмечается затрудненное дыхание. Вирус гриппа заразен! Известно, что больной гриппом может быть заразным, начиная с 1 дня до появления первых симптомов заболевания и до 7 дней после начала заболевания.

**Чтобы воспрепятствовать распространению вируса гриппа, необходимо:**

- сделать прививку против гриппа, так как вакцина является наиболее эффективным средством профилактики;
- проводить влажную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств;
- регулярно проветривать помещение.
- научить детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей;
- научить детей кашлять и чихать в салфетку или руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей. Научить детей не подходить к больным ближе, чем на полтора - два метра;
- заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные и образовательные учреждения).
- воздержаться от посещения мест скопления людей.

**В случае заболевания ОРВИ и гриппом оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу! Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.**