

Осторожно: грипп!

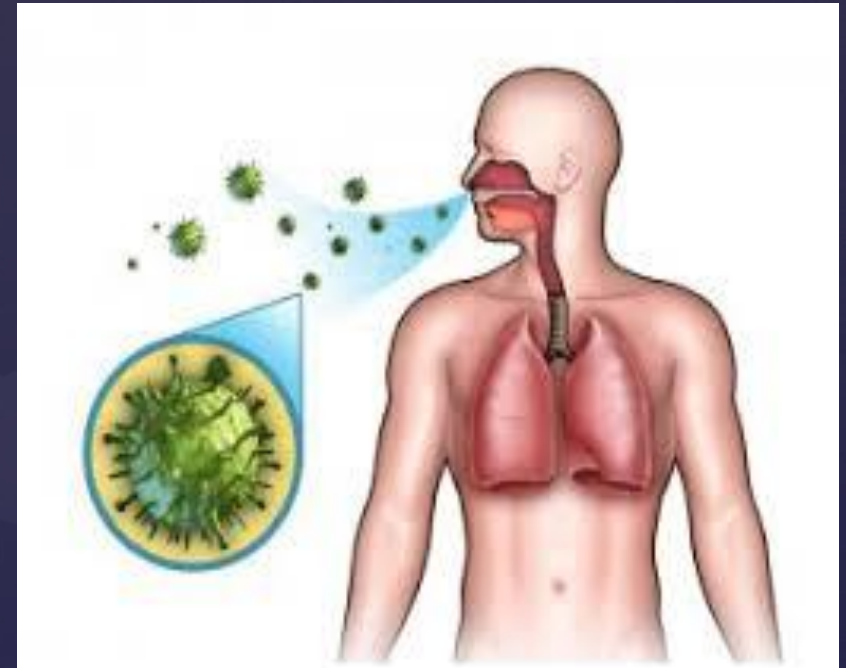
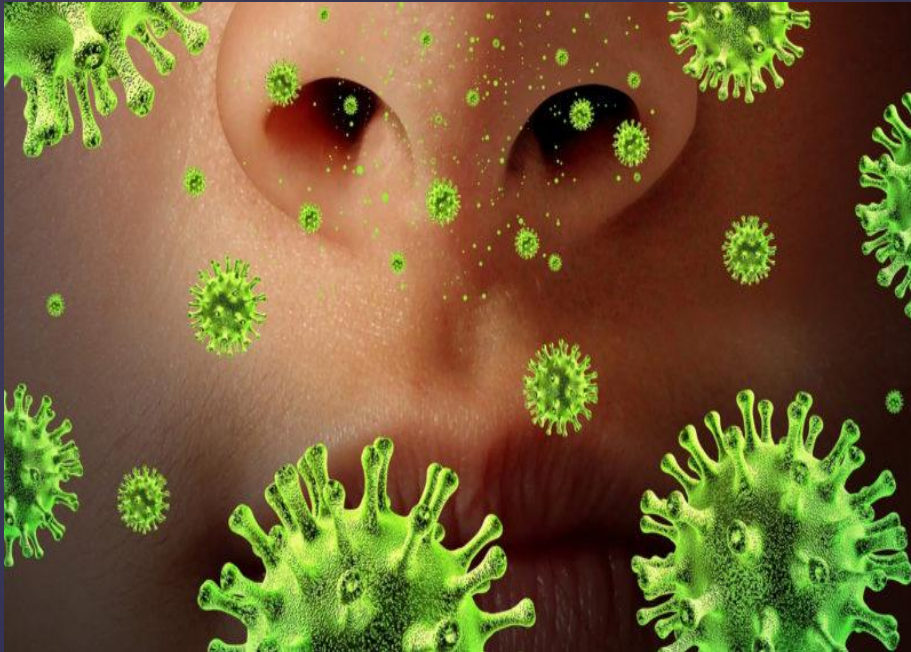


ОГКОУ «Ивановская специальная (коррекционная)
школа-интернат № 1» воспитатель: Орлова Н.А.

Грипп - это заразная болезнь,
характеризующаяся
воспалением дыхательных
путей и лихорадочным
состоянием



Вирус гриппа

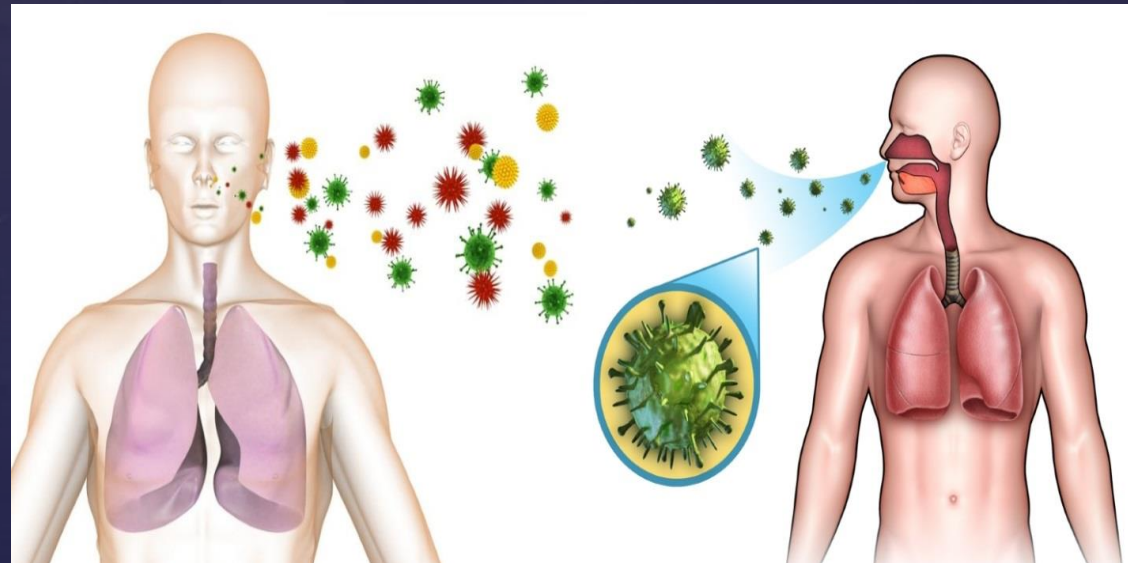


Источником болезни является вирус гриппа, который витает в воздухе, оседает на различных предметах. Вирус – это мельчайший микроорганизм. Попадая в организм человека, он вызывает болезнь. В первую очередь вирус поражает горло, нос, лёгкие.

Передача гриппа



Наиболее распространённый путь передачи гриппа воздушно-капельный. Когда больной человек дышит, кашляет, разговаривает, чихает, то вместе с выдыхаемым воздухом выделяются капельки воды, слюны с болезнетворными микробами, которые подхватываются здоровым человеком.



Передача гриппа



Вирус гриппа передается также контактным путём, например, через рукопожатия, поцелуи



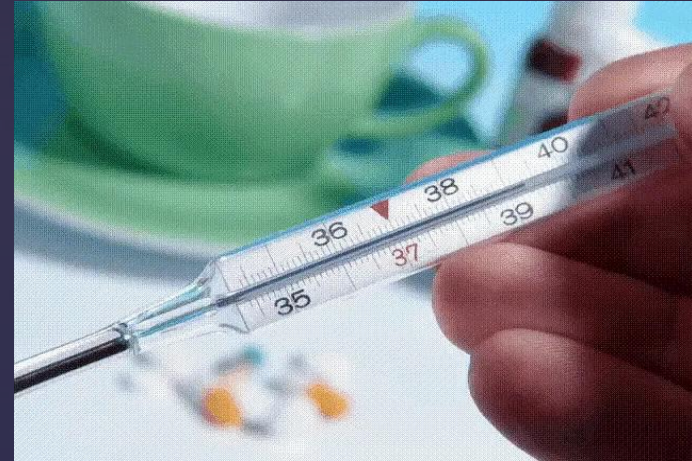
Передача гриппа



Грипп передается через предметы, заражённые выделениями больного: игрушки, посуду, полотенца, мобильные телефоны и др.



Симптомы гриппа



Как понять, что ты заболел гриппом? В начале заболевания можно почувствовать озноб, слабость, вялость, головную боль, может быть высокая температура. На 2-3 день начинается боль в горле, насморк, кашель.

Меры безопасности при заболевании гриппом



Грипп - болезнь опасная. Болезнь опасна тем, что могут быть осложнения и летальные исходы. Поэтому, если заболел гриппом, то нужно оставаться дома, вызвать врача на дом и лечь в постель.



Профилактика гриппа



Основным средством профилактики гриппа является вакцинация (прививка). Прививка стимулирует организм к выработке защитных антител, которые предотвращают размножение вирусов. Вакцинация против гриппа проводится осенью (сентябрь, октябрь), задолго до наступления ожидаемой эпидемии. После прививки организм человека вырабатывает иммунитет и для этого требуется время.

Профилактика гриппа



Соблюдение санитарно-гигиенических норм: комфортный температурный режим помещений, регулярное проветривание и ежедневная влажная уборка помещений с помощью моющих средств

Профилактика гриппа



Ежедневное использование в рационе питания свежих овощей и фруктов позволяет повысить иммунитет к вирусным заболеваниям

Профилактика гриппа



Ежедневные прогулки на свежем воздухе оказывают благоприятное воздействие на человека и укрепляют его здоровье

Профилактика гриппа



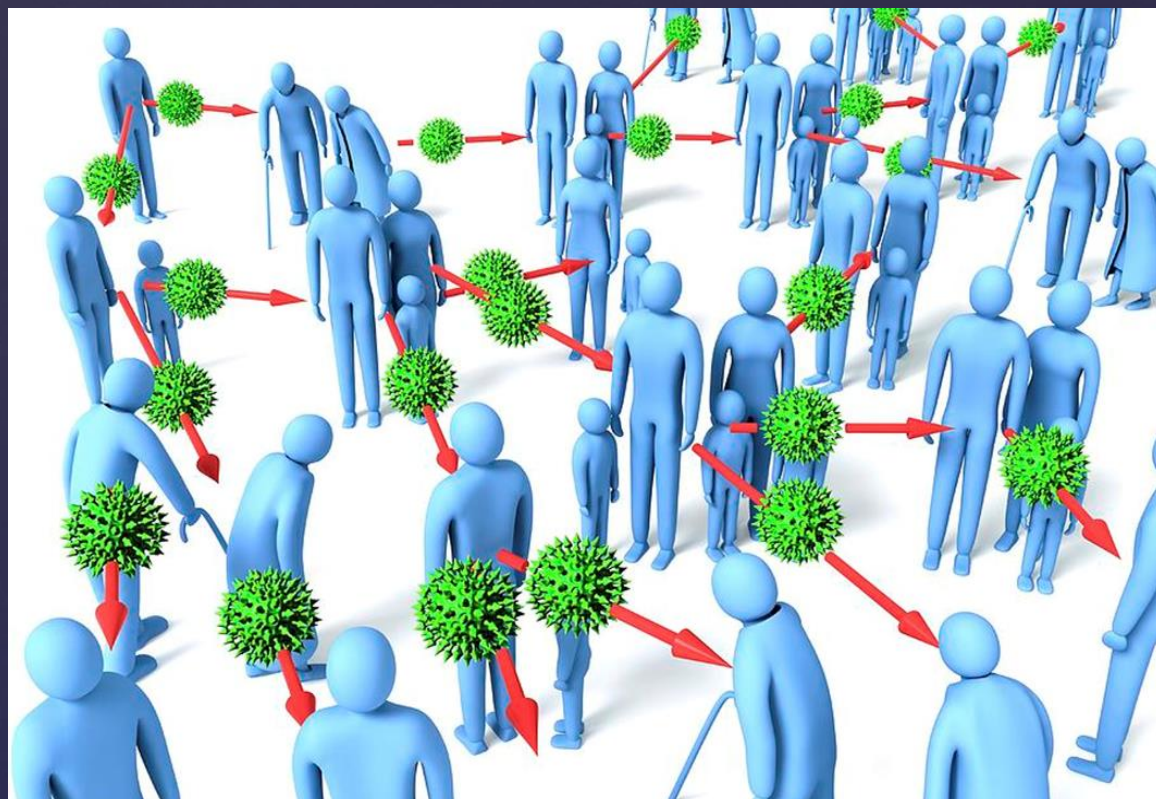
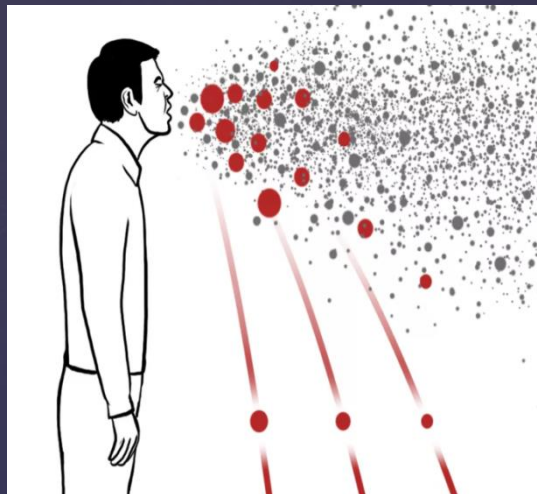
Полноценный сон также укрепляет защитные силы организма

Профилактика гриппа



Переохлаждение снижает иммунитет, поэтому нужно одеваться по погоде

Эпидемия гриппа



Вирус гриппа легко передается от человеку к человеку. Если не соблюдать правила профилактики, то гриппом может заразиться большое количество людей. Возникают эпидемии. Эпидемия – широкое распространение заразной болезни. Во время эпидемии людей изолируют друг от друга. Школы, детские сады и другие общественные заведения закрывают на карантин.

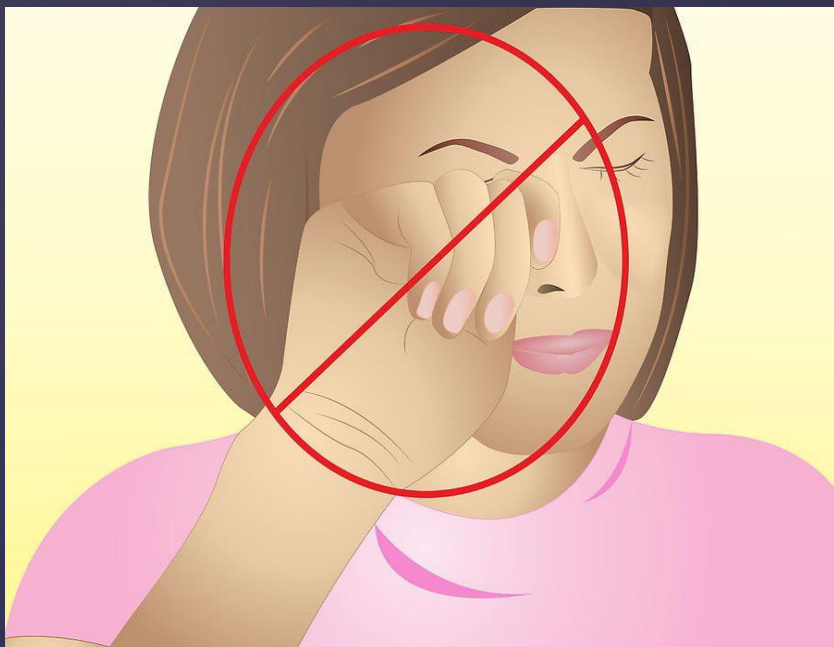
Профилактика гриппа во время эпидемии

**Правила,
которые нужно соблюдать!**



- **Мыть руки с мылом всегда перед едой, после посещения туалета, после прихода домой с улицы, после общения с домашними животными.**

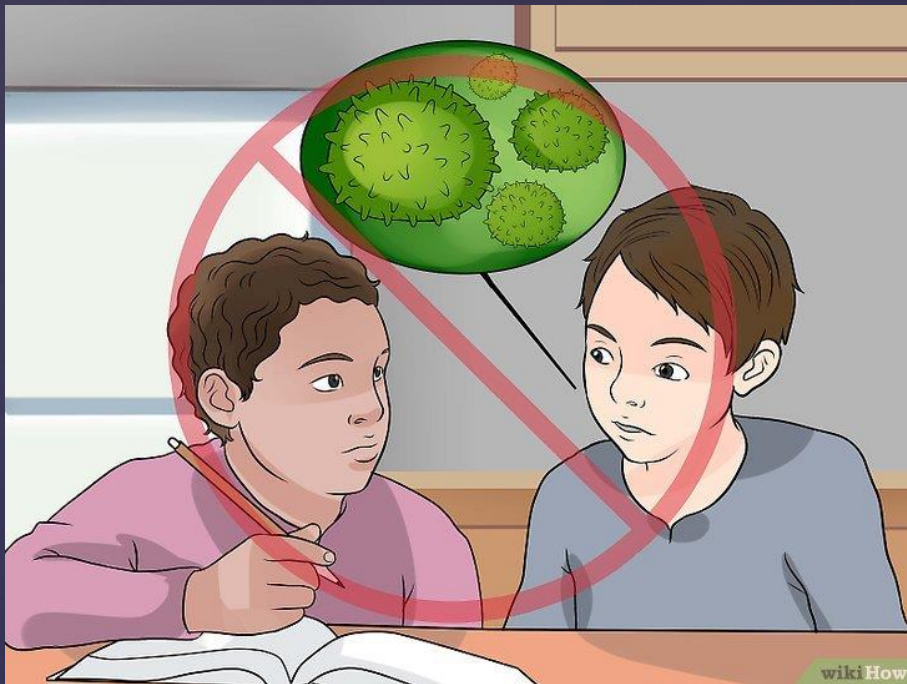
Профилактика гриппа во время эпидемии



Не хватайтесь грязными руками
за лицо, уши, глаза, нос



Профилактика гриппа во время эпидемии

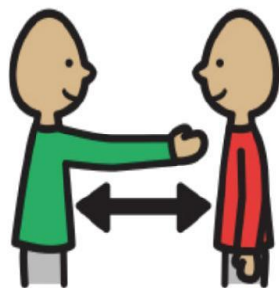


Избегайте контакта с людьми, у которых есть признаки гриппа или простуды: кашель, чихание, повышенная температура тела.



Профилактика гриппа во время эпидемии

Соблюдение дистанции

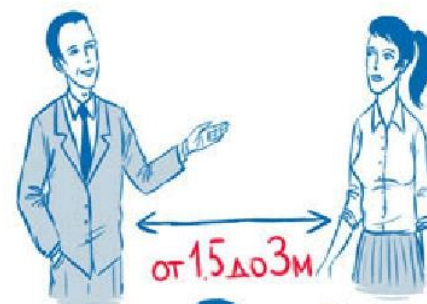


50-60 см.

Соблюдайте
дистанцию при
общении

Дистанции общения

ПРОСТОЙ.РУ



Профилактика гриппа во время эпидемии

Прикрывайте рот и нос
во время чихания и
кашля



Профилактика гриппа во время эпидемии



Правильно используйте защитную маску. Маска значительно защищает проникновение вирусов в организм человека. Защитную маску лучше носить в тех местах, где скапливается много людей – в транспорте, в магазине, аптеке, больнице. Также маску нужно одевать больным людям для того, чтобы вирус при чихании и кашле не вылетал с большой скоростью и не заражал других людей.

Профилактика гриппа во время эпидемии



Ограничьте посещение культурно-массовых мероприятий, старайтесь не ходить в общественные места (аптеки, магазины) и не пользоваться общественным транспортом.

Профилактика гриппа во время эпидемии



Во время болезни пейте больше жидкости. Вода способствует снижению температуры тела при лихорадке, выводит вредные токсины и вредные микроорганизмы, улучшает сопротивляемость организма в целом.

Профилактика гриппа во время эпидемии



В предверии эпидемии рекомендуется включать в рацион питания фрукты и овощи, содержание большое количество витамина С, что способствует повышению сопротивляемости организма.

Ответь на вопросы:

1. Опасная вирусная болезнь – это
2. Какая часть тела поражается при гриппе?
3. Мельчайшие микроорганизм, возбудитель заразной болезни – это
4. Назови основной метод профилактики гриппа
5. Как называют широкое распространение заразной болезни?
6. Как называют комплекс мероприятий, направленный на предупреждение заразной болезни?