

Логотип (сам квадрат) покрупнее, а слоган серым цветом под надписью Гриппа нет. Название «Гриппа нет» поставить другим шрифтом



Главная

О гриппе

Лечение/Профилактика

Полезные статьи

Для врача

Как вариант, поставить главное меню на голубую полосу, при условии, что баннер будет на белом фоне.

## Лечение гриппа -

позаботьтесь о здоровье семьи,  
воспользовавшись нашими советами!

Лечение и профилактика гриппа. Как избежать гриппа.  
Как уберечь себя от гриппа?

[Читать больше](#)

Заменить баннер, сюда лучше поставить группу врачей и слоган без кнопки. Группу врачей можно разместить даже на белом фоне или светло-сером. А голубым цветом только элементы дизайна.



Как вариант оформления главной  
страницы



**ГРИППА НЕТ**

Простым и доступным  
языком о проблематике

Главная

О гриппе

Лечение/Профилактика

Полезные статьи

Для врача

## ЛЕЧЕНИЕ ГРИППА

позаботьтесь о здоровье семьи, воспользовавшись нашими советами!

## По-иному скомпоновать весь контент в виде инфографики

### Что такое грипп?

Грипп – инфекционное заболевание, преимущественно вирусной природы, поражающее дыхательную систему человека. Основные проявления болезни, инкубационный период, длительность течения и развитие осложнений зависят от конкретного вируса. Различают вызывающие грипп вирусы группы А, В, С. Самым опасным считается вирус группы А.

Вирус чаще всего передается воздушно-капельным путем, но также сохраняется и на твердых предметах. Особенно «живуч» вирус при низкой температуре и влажности, этим объясняется быстрое распространение гриппа в холодное время года.

Узнать больше, как правильно лечить Грипп?!

Заменить иконки на более современные

### Общая профилактика



#### Правильно питайтесь

в рационе должно быть достаточное количество белков, жиров и углеводов, а также витаминов.



#### Делайте упражнения

Желательно на свежем воздухе. Даже в холодное время года полезны длительные прогулки.



#### Соблюдайте режим дня

Адекватный отдых и полноценный сон – крайне важны для поддержания



### Эффективность при лечении

Своевременное использование современных лекарственных средств дает возможность эффективно лечить вирус гриппа.



### Эффективность при Профилактике

Своевременное использование современных лекарственных средств дает возможность надежно защитить организм от вируса гриппа.

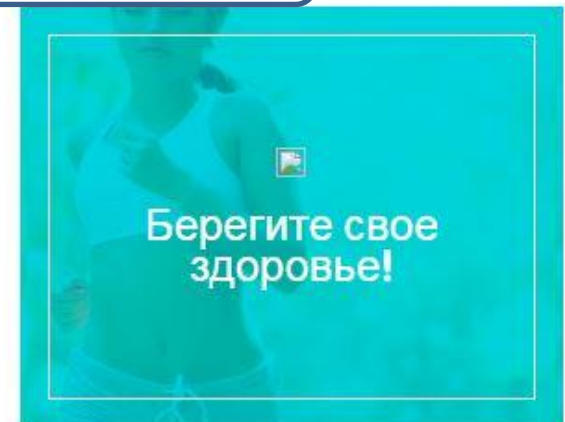
Тут д.б. какая-то картинка/иконка?

### Избегайте стрессов.

Риск заболеть гриппом напрямую зависит от того, насколько сильно организм сопротивляется инфекции.

В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ ограничьте посещение мест массового скопления людей.

Бросайте курить. Курение – мощный фактор, снижающий иммунитет, пагубно влияющий на дыхательную систему и ее местную сопротивляемость инфекциям.



Шрифт можно поставить более легкий, тонкий, современный

На втором баннере можно разместить врача с пациентами, чтобы баннеры не дублировались одними медицинскими работниками

Грипп — это не шутка!

Узнать больше

### Что такое грипп?

Давайте разберемся, по каким признакам вы можете заподозрить у себя или близких именно грипп?

[Узнать больше...](#)

### Профилактика

Узнайте все полезные и действительные советы о том как защитить свой организм от вируса и как укрепить свою иммунную систему.

[Узнать больше...](#)

### Для врача

Полезные материалы для врачей. Рекомендации и инструкции по препарату "Номидес".

[Узнать больше...](#)

Данные 3 пункта повторяют пункты главного меню сверху, стоит ли дублировать?

## Важное о профилактике и лечение гриппа!



### Профилактика гриппа

Современная история борьбы с гриппом началась в начале XX века, когда эпидемия «испанки» за 2 года унесла жизни более 20 миллионов человек!

*Вирус-возбудитель гриппа был выделен в 30-х годах прошлого века и тут же начались поиски лекарства и мер профилактики. Опытным путем ученые выяснили, что вирус распространяется преимущественно воздушно-капельным путем.*

*Источником вируса является больной человек, который выделяет вирус при разговоре, кашле, чихании. В замкнутом помещении вирус распространяется на расстоянии до 7 метров, а на твердой поверхности сохраняет жизнеспособность от 2 до 8 суток. Таким образом, заразиться гриппом в период эпидемии очень легко.*

*Чтобы избежать заражения, при угрозе эпидемии гриппа врачи советуют по возможности избегать мест массового скопления людей, а при контакте с больными гриппом - использовать марлевую маску, однако в реальных условиях этот способ осуществим далеко не всегда.*

*Если вирус все-таки попал в организм, в дело включается наша иммунная система. Иммунитет – это свойство человеческого организма противостоять инфекциям, чужеродным организмам и веществам.*

**То же самое - все статьи заверстаны по-разному. Лучше оформить все одинаково. На данный момент использованы 2 шрифта, которые друг с другом не сочетаются. И текст «плывет», по-разному выравнены текстовые блоки.**

## томах гриппа.



### Грипп.

#### Симптомы и отличия от других ОРЗ

Термин «грипп» произошел от французского *gripper* (хватать, ловить, схватывать). Название очень точно отражает характер болезни, ее внезапность и быстроту развития, а также способ передачи вируса. «Подхватить» грипп очень легко: вирус в замкнутом помещении передается на расстоянии до 7 метров! Вирус чаще всего передается воздушно-капельным путем, но также сохраняется и на твердых предметах. Особенно «живуч» вирус при низкой температуре и влажности, этим объясняется быстрое распространение гриппа в холодное время года.

#### Чем опасно?

Интересно, что характерным признаком гриппа является отсутствие насморка в первые сутки болезни, что свойственно только этому вирусу. А в холодное время года нас подстерегают и другие респираторные вирусные инфекции, их называют в сокращении ОРЗ или ОРВИ

Похожие на грипп симптомы вызывают риновирусы, аденовирусы, вирусы

#### Симптомы болезни.

Давайте разберемся, по каким признакам вы можете заподозрить у себя или близких именно грипп?

—	Первые признаки заболевания
От инфицирования до появления первых симптомов проходит всего пара дней,	

**[В рубриках главного меню: О гриппе](#) , [Лечение/Профилактика](#), [Полезные статьи](#) - все статьи заверстаны по-разному. Лучше оформить все одинаково. На данный момент использованы 2 шрифта, которые друг с другом не сочетаются. И текст «плывет», по-разному выравнены текстовые блоки.**