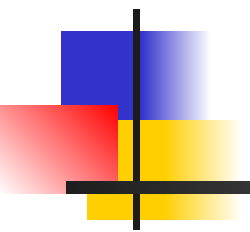


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №10»



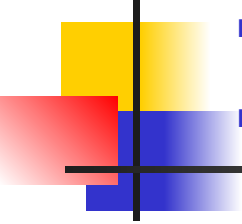
Профилактика гриппа и острых респираторных заболеваний (ОРВИ)

Грипп - тяжелое респираторное заболевание в группе острых респираторных заболеваний

Пути передачи вируса:

- **воздушно – пылевым;**
- **воздушно – капельным с каплями слюны, слизи и мокроты при дыхании, разговоре и чихании;**
- **контактно – бытовым путем через грязные руки;**
- **через пищу в случае недостаточной термической обработки**

Профилактика

- 
- Маска;
 - Руки больного – источник вируса не менее значимый, чем рот и нос;
 - Воздух;
 - Состояние слизистых оболочек;
 - Соблюдение личной гигиены;
 - Гигиена дома;
 - Активный отдых;
 - Соблюдение распорядка дня;
 - Соблюдение режима питания

Использование в питании:



Витаминизированный хлеб;
Витаминизированный напиток
«Золотой шар»;
Йодированная соль, для
восполнения дефицита йода

Лечение

- **СТОДАЛЬ® - Кашель - разный, а сироп-один!**

Кашель - это рефлекторная реакция организма на раздражение дыхательных путей. Кашель мешает спать, может вызвать бессонницу и раздражительность. Самой частой причиной кашля являются простудные заболевания. Как правило, в начале заболевания кашель «сухой», навязчивый, а потом переходит во «влажный», с мокротой.



Принимать по 1 столовой ложке 3–5 раз в день.

Оциллококцинум® — современный препарат европейского качества для профилактики и лечения гриппа и простуды.

Состав Оциллококцинума®: экстракт печени и сердца барбарийской утки. Вспомогательные вещества: сахароза и лактоза.

Трименение Оциллококцинума®: для профилактики в период распространения гриппа, ОРВИ рекомендуется принимать Оциллококцинум® по 1 дозе гранул 1 раз в неделю.



| Название болезни | 2007 | | 2008 | | 2009 | |
|---|----------------------|--|----------------------|---|----------------------|---|
| | % | | человек | % | человек | % |
| Болезни органов дыхания -грипп; -пневмония; -ОРЗ (всех путей) | 166 1 2 163 | | 148 - 4 144 | | 259 6 1 252 | |
| ОРЗ верхних дыхательных путей (фарингит, тонзиллит) | 155 | | 142 | | 251 | |
| ОРЗ верхних нижних дыхательных путей (острый бронхит) | 8 | | 2 | | 1 | |



