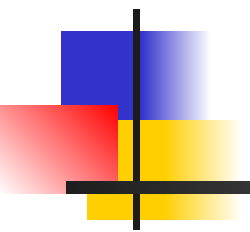


Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №10»



# Профилактика гриппа и острых респираторных заболеваний (ОРВИ)

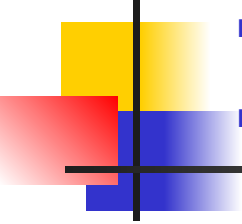
# **Грипп - тяжелое респираторное заболевание в группе острых респираторных заболеваний**

## **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

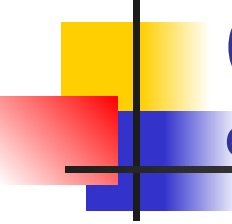
# Лечение

- **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.

Применение 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		148		259	
	1		-		6	
	2		4		1	
	163		144		252	
ОРЗ верхних дыхательных путей (фарингит, тонзиллит)	155		142		251	
ОРЗ верхних нижних дыхательных путей (острый бронхит)	8		2		1	





