

# **ГРИПП и ОРВИ**

**Заражение.**

**Лечение.**

**Профилактика.**



# Что это за болезнь?

- Грипп — это острое заболевание, вызываемое вирусами.
- Существует 3 основных типа вирусов, которые вызывают грипп: А, В и С.  
Заболевание передается от человека к человеку воздушно-капельным путем.
- Люди очень восприимчивы к вирусу гриппа.
- 60 % из всех заболевших обычно составляют дети.
- От момента контакта с вирусом до появления симптомов обычно проходит от 12 до 24 часов.

# Чем опасен грипп?

- Опасность представляют так называемые осложнения гриппа:
- поражения ЛОР-органов, легких, нервной системы.
- Они могут наступить у людей с ослабленным иммунитетом или уже имеющих хронические заболевания.

# **Профилактика**

*Вирус гриппа*

*летуч и неустойчив*

*к воздействиям*

*внешней среды.*

# Профилактика:

Чтоб уберечься от вируса А\Н1N1\, медики рекомендуют:



- *В помещениях делать : влажные уборки, дезинфекцию , проветривание.*
- *Употреблять много витаминов.*
- *В помещении, В местах скопления людей одевать маску*

# Профилактика

- С началом эпидемии постараться избегать массовых мероприятий и мест скопления народа.
- Не рекомендуются рукопожатия.
- Часто мыть руки.

# Первые симптомы заболевания



- температура;
- озноб;
- насморк;
- боль в горле;
- покраснение глаз
- и т.д. :

**ОБРАТИТЬСЯ К  
ВРАЧУ!**

**При первых признаках  
заболевания обратиться к врачу**



# Лечение.

## Уход за больным:

- *Лечение ОРВИ вообще и гриппа в частности - это не глотание таблеток!*
- *Это создание таких условий, чтоб организм легко с вирусом справился.*

# Лечение.

## Уход за больным:

- Тепло одеться, но в комнате прохладно и влажно:
- температура около 20 °С.
- влажность 50-70%.
- Мыть полы, увлажнять, проветривать.

# Лечение.

## Уход за больным:

- Категорически не заставлять есть.
- Если просит (если хочется) - легкое, углеводное, жидкое.

# Лечение.

## Уход за больным:

- **Больной должен много пить!!!**
- Температура жидкости равна температуре тела.
- Пить компоты, морсы, чай (в чай мелко порезать яблочко), отвары изюма, кураги.

# Лечение.

## Уход за больным:

- Больной и тот, кто с ним общается, должны находиться в масках.
- Маски менять через каждые 3 – 4 часа.
- Маски кипятить и гладить.

**Не болейте!**

**Будьте здоровы!**

# Режим работы школы во время эпидемии.

- На время эпидемии отменяется кабинетная система обучения.
- В классах проводится ежедневная дезинфекция.
- На каждой перемене дети должны выходить из класса. В это время кабинеты будут проветриваться, будет проводиться влажная уборка.
- Учащиеся должны иметь при себе влажные салфетки, мыло, полотенце.
- В кабинете для общего пользования также имеется мыло и разовые бумажные полотенца.

# Расписание кабинетов.

- Все уроки проводятся в каб. №29.
- Расписание кабинетов для обучения по подгруппам:
  - Английский язык : №29;
  - Французский язык : №30.
  - Труд (мальчики): №29.
  - Труд (девочки): №6.

# Организация питания в школьной столовой.

- 7-Б класс питается после 3 урока.
- Обязательно мыть руки перед едой.
- В классе есть уголок предметов сангигиены.

# Записать в дневники: «Профилактика гриппа и ОРВИ»

- *В помещениях делать :  
влажные уборки, дезинфекцию , проветривание.*
- *Употреблять много витаминов.*
- *В помещении, в местах скопления людей одевать маску.*
- *С началом эпидемии постараться избегать массовых мероприятий и мест скопления народа.*
- *Не рекомендуются рукопожатия.*
- *Часто мыть руки.*
- *При первых симптомах заболевания –  
обратиться к врачу!*

# Выводы:

- Всем учащимся выполнять профилактические меры, связанные с эпидемиологической обстановкой в городе.
- При первых признаках заболевания (температура, озноб, насморк, боль в горле, покраснение глаз и т.д.) обратиться к классному руководителю (в школе), вызвать врача (дома).
- После болезни обязательно принести справку от врача.
- Обязательное ношение сменной обуви.
- Работает раздевалка.

**Будьте здоровы!**