

Профилактика ОРВИ, гриппа, COVID-19

В зимний сезон мы чаще сталкиваемся с большим количеством разнообразных респираторных инфекций – от легких, вызывающих насморк и боли в горле, до серьезных – таких как грипп и коронавирус. Как будет протекать ОРВИ, насколько велик риск осложнений, во многом зависит от организма человека, его иммунной системы и сопутствующих заболеваний (гипертоническая болезнь, сахарный диабет, ожирение). Об этом и о многом другом в беседе с получателями социальных услуг Крыловского комплексного центра реабилитации инвалидов говорила врач-терапевт Гайдук Елена Юрьевна. Она напомнила об основных правилах профилактики:

- сделайте прививку от гриппа, пока не поздно;
 - регулярно мойте руки с мылом;
 - придя домой, тщательно умойтесь и промойте носовые ходы;
 - держите под рукой антисептик - периодически протирайте им телефон, клавиатуру компьютера;
 - надевайте маску в общественных местах;
 - если чувствуете недомогание, обратитесь к врачу, не «делитесь» инфекцией с окружающими.
- Будьте здоровы, берегите себя!

