



Профилактика инфекционных заболеваний

- Улучшение экологической ситуации;
- Повышение иммунитета;
- Натуральные продукты питания и правильный рацион;
- Хорошее медобслуживание и вакцинация;
- Закаливание и занятия спортом;
- Отказ от вредных привычек;
- Качественные лекарства;
- Высокий уровень жизни людей;
- Снижение нагрузки на детей, стрессы;
- Приём витаминов.

ПРОФИЛАКТИКА ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Защищаем себя!

Соблюдаем гигиену и поднимаем иммунитет



поддерживайте
чистоту рук



используйте
антисептические
средства



старайтесь
не касаться рта,
носа, глаз

(неосознанно мы
совершаем это
~15 раз в час)



когда кашляете
или чихаете,
используйте
одноразовые салфетки
(не используйте их повторно)



не ешьте
из общих
упаковок



старайтесь
не касаться
поверхностей
в общественном
транспорте, на улице



чаще
проветривайте
помещение

