

ГРИПП ВЫБИРАЕТ ТЕБЯ

ОСЛОЖНЕНИЯ

ОСЛОЖНЕНИЯ



МЕНИНГИТ
(воспаление оболочек мозга)

ЭНЦЕФАЛИТ
(воспаление мозга)

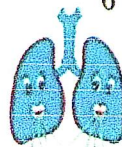


МОКРОТА

СИНУСИТ
(воспаление пазух носа, в том числе гайморовых)



ПНЕВМОНИЯ
(воспаление легких)

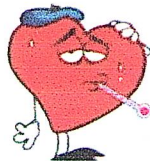


БРОНХИТ
(воспаление бронхов)



ПИЕЛОНЕФРИТ
(воспаление почечных лоханок)

ГЛОМЕРУЛОНЕФРИТ
(воспаление почечных клубочков)



МИОКАРДИТ
(воспаление сердечной мышцы)

ПЕРИКАРДИТ
(воспаление оболочки сердца)

ОТИТ
(воспаление в ухе)



МИОЗИТ
(воспаление мышц)

И ТЫ ВЫБИРАЕШЬ ГРИПП???

ПРОФИЛАКТИКА:

- использование противовирусных препаратов для профилактики гриппа после консультации с врачом

- вакцинация



- закаливание



- регулярные прогулки на свежем воздухе

- овощи
лук, чеснок
перец
капуста...



- спорт

- соки
- чай с шиповником



- позитивное настроение

- ягоды
- облепиха,
- смородина,
- малина



- занятия любимым делом

- фрукты
- лимон
- апельсин
- грейпфрут

- избегать контактов с больными простудными заболеваниями

