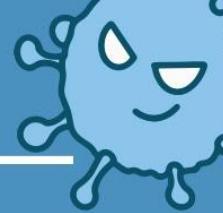


Профилактика гриппа и COVID-19



Сбалансированно питайтесь, ведите здоровый образ жизни, откажитесь от вредных привычек

Соблюдайте личную гигиену:

- Регулярно мойте руки, особенно после посещения общественных мест, перед едой, после кашля или чихания. Используйте антисептики, если нет возможности помыть руки.
- Не прикасайтесь к лицу: Избегайте прикосновений к лицу (глазам, носу, рту) немытыми руками.
- При кашле и чихании: Прикрывайте рот и нос локтем или одноразовой салфеткой.



Пройти вакцинацию можно на базе УЗ «Докшицкая ЦРБ» в процедурных кабинетах № 304 и № 207, а также в территориальных организациях здравоохранения. Так же каждую пятницу с 9:00 до 12:00 будет работать прививочный пункт в ГЦК г. Докшицы. Перед прививкой будет проведен осмотр врачом. Дополнительную информацию можно получить по номеру телефона 5-75-85.

Следите за своим здоровьем:

- Обращайте внимание на симптомы: если у вас появились симптомы (повышенная температура, кашель, затрудненное дыхание, потеря обоняния и вкуса, слабость, головная боль, боль в горле), немедленно обратитесь к врачу.
- Своевременно обращайтесь за медицинской помощью: **Не занимайтесь самолечением!**



Носите маску в общественных местах и при общении с больными

Вакцинация:

- Пройдите вакцинацию против гриппа и COVID-19: Вакцинация является наиболее эффективным способом защиты от тяжелого течения заболевания и его осложнений.

