

## ЧТО ТАКОЕ ГРИПП А (H1N1) КАЛИФОРНИЯ /04/2009?

(больше известный как «свиной грипп») - это новый вирус гриппа, вызывающий заболевание у людей. Он впервые обнаружен в США в апреле 2009 года. Заболевание охватывает все континенты мира.

**Способы передачи** основным является воздушно-капельный путь при кашле или чихании.

**Симптомы нового вируса** гриппа А(H1N1) похожи на симптомы сезонного гриппа. Среди них высокая температура, кашель, боль в горле, насморк или заложенный нос, боли в мышцах и суставах, головная боль, озноб и повышенная утомляемость, слабость. Кроме того, в результате вызываемого этим вирусом заболевания зафиксированы серьезные осложнения и даже смертельные случаи.



### Для защиты своего здоровья используйте следующие меры:



- Прикрывайте нос и рот бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Использованную салфетку выбрасывайте в мусор.
- Старайтесь избегать близкого контакта с заболевшими людьми и по мере возможности избегайте места с большим скоплением людей.
- Тщательно и часто мойте руки водой с мылом, особенно после кашля или чихания. Эффективными являются средства для обработки рук на основе спирта.
- Если вы заболели, оставайтесь дома в течение 7 дней и до исчезновения всех симптомов заболевания. Это необходимо для предотвращения заражения других людей и дальнейшего распространения вируса.
- Регулярно проветривать жилое помещение путем открывания окон и проводить влажную уборку.



**Самолечение при гриппе недопустимо. При возникновении первых симптомов заболевания необходимо остаться дома и вызвать врача, который назначит соответствующее лечение.**

**ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Ростовской области»**