



Врачами отделения гигиенического образования и консультационных услуг активно проводятся обучающие мероприятия на тему «Защитись от гриппа, коронавируса и ОРВИ» с работниками декретированных контингентов, а также с обучающимися средних и высших образовательных учреждений.

Лекция проводится с использованием мультимедийного оборудования для показа тематических слайдов.

В ходе занятия слушателям напоминают основы возникновения и пути распространения вирусных инфекций и подробно разбирают меры защиты от заражения вирусами. Также слушателям предлагают памятку по профилактике простудных заболеваний.



## ГИГИЕНА РУК

- Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции.
  - **Мытье с мылом удаляет вирусы.**
  - Уделите особое внимание тщательному намыливанию (не менее 20 секунд), и последующему полному осушению рук.
- Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь **спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.**



## РЕСПИРАТОРНЫЙ ЭТИКЕТ

- При кашле чихании прикрывать нос и рот одноразовым платком и выбрасывать его в урну после использования, а также мыть руки.
- **Также стараться не касаться лица немытыми руками!**
- После возвращения с улицы домой - вымыть руки и лицо с мылом, промыть нос изотоническим раствором соли.



МБОУ «СШ № 11»

Лектор: врач по общей гигиене  
Яна Юрьевна Шавлинская

МБОУ "СШ № 21 им. Н.И. Рыленкова"

Лектор: врач по общей гигиене  
Юрий Васильевич Хабанов