

АЛЕКСАНДР БЕГЛОВ:

«ПЕТЕРБУРГ И МОСКВА ЗАКЛЮЧИЛИ СОГЛАШЕНИЕ, ОТКРЫВАЮЩЕЕ НОВЫЙ ЭТАП СОЗДАНИЯ ЕДИНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ИНФОРМАЦИОННОЙ СИСТЕМЫ ДВУХ СТОЛИЦ»

Губернатор Санкт-Петербурга Александр Беглов и мэр Москвы Сергей Собянин подписали 3 февраля в столице соглашение о сотрудничестве при осуществлении мероприятий по внедрению информационных технологий в амбулаторных медицинских организациях государственной системы здравоохранения Северной столицы.

Результатом его реализации станет единый цифровой контур, включающий все государственные медицинские учреждения Петербурга. История болезни пациента будет доступна всем врачам вне зависимости от того, в какое из них он обратился за помощью.

«Санкт-Петербург и Москва выполняют поручение нашего Президента о внедрении единых информационных систем в медицине. Электронная медицинская карта даёт возможность быстро получить полное представление о состоянии здоровья пациента, сократить очереди, улучшить взаимодействие стационаров с первичным звеном. Президент учит нас самому главному – сложению сил. Сегодняшнее

соглашение доказывает, что мы умеем складывать наши силы ради заботы о жителях Петербурга, Москвы и всей страны.

Благодарю Сергея Семеновича и руководство Москвы за разработку медицинской информационной системы и оказанную помощь. Этот проект – яркий пример успеш-

ного сотрудничества двух столиц», – сказал Александр Беглов.

«Москва и Санкт-Петербург – крупнейшие мегаполисы нашей страны, связанные тысячью нитей во всех сферах деятельности и миллионами судеб. Одно из главнейших направлений нашей деятельности – защита жизни и здоровья. Мы на протяжении последнего десятка лет внедряем единую медицинскую информационную систему в Москве. Благодарю Александра Дмитриевича за совместное решение о внедрении этой системы в Санкт-Петербурге, которое пойдёт на пользу и жителям Северной столицы, и москвичам», – отметил, в свою очередь, Сергей Собянин.

Александр Беглов напомнил о подписанном два года назад соглашении с Москвой о внедрении единой медицинской информационно-аналитической системы (ЕМИАС) в петербургских больницах и госпиталях. Сегодня около половины стационаров города уже полностью перешли на ЕМИАС. Применение системы упрощает работу

Фото пресс-службы Администрации Губернатора СПб

врачей и ускоряет обслуживание пациентов, поскольку все необходимые данные можно оперативно получить онлайн.

получить онлайн.

Как подчеркнул Александр Беглов, подписанное сегодня соглашение означает переход к следующему этапу – внедрению системы в первичном звене здравоохранения Петербурга.

В трёх поликлиниках города в ближайшее время стартует pilotный проект. Впоследствии новая информационная система охватит более 160 государственных амбулаторных учреждений Петербурга. Это позволит двум столицам эффективнее обмениваться лучшими практиками, оптимизировать расходы на развитие медицинских

информационных систем, адаптироваться к изменениям законодательства в сфере здравоохранения и главное – обеспечить лучшее качество оказания амбулаторной помощи жителям обеих столиц.

**По материалам пресс-службы
Администрации Губернатора
Санкт-Петербурга**

В БРАЗИЛИИ ПОДПИСАНЫ ВАЖНЫЕ СОГЛАШЕНИЯ В ОБЛАСТИ НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ



Фото пресс-службы Минобрнауки России

На прошедшей неделе Глава Минобрнауки России Валерий Фальков выступил с докладом о взаимодействии в сфере науки, технологий и инноваций на восьмом заседании Российско-Бразильской Комиссии высокого уровня по сотрудничеству, которую возглавляют Председатель Правительства России Михаил Мишустин и вице-президент Бразилии Жеральду Алкмин.

«Бразилия входит в число основных научных партнеров России. За прошлый год удалось значительно активизировать контакты как в двустороннем, так и в многостороннем формате», – сказал Министр.

ции конкурса. По его итогам планируется поддержать три проекта. В завершение заседания 5 российских организаций подписали с пятью бразильскими партнерами соглашения о научной и образовательной кооперации.

В мае 2025 года Минобрнауки России заключило меморандум с Министерством науки, технологий и инноваций Бразилии, в котором было предусмотрено проведение первого совместного конкурса научных проектов.

На состоявшемся в Рио-де-Жанейро 3 февраля заседании Российской-Бразильской Рабочей группы по сотрудничеству в сфере науки и образования достигнута договоренность о его объявлении. Стороны подписали Руководство, определяющее основные направления и задачи сотрудничества в области науки, технологий и образования в ближайшие пять лет.

(Окончание на стр. 3)

ЗДРАВООХРАНЕНИЕ

В БРАЗИЛИИ ПОДПИСАНЫ ВАЖНЫЕ СОГЛАШЕНИЯ В ОБЛАСТИ НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

(Окончание Начало на стр.1)

Заседание вели начальник Отдела двустороннего сотрудничества со странами дальнего зарубежья Министерства науки и высшего образования РФ Борис Юрьевич Соколов, директор Бразильского Центра физических исследований Marco Ported de Albuquerque и руководитель двустороннего сотрудничества Министерства науки, технологий и инноваций Бразилии Allan Edver Mello dos Santos.

В ходе проведения Рабочей группы российско-бразильские отношения получили новый импульс благодаря подписанному Соглашению о сотрудничестве между Университетом Сан-Паулу и Институтом экспериментальной

Соглашение подписали руководитель Института экспериментальной медицины, профессор Олег Эргашев, председатель Комиссии по международным отношениям Факультета фармацевтических наук Университета Сан-Паулу, профес-

кор Светослав Димитров Тодоров и декан Факультета фармацевтических наук Университета Сан-Паулу, профессор Жоилсон де Оливейра Мартинс

Документ стал символом начала конструктивного диалога и долгосрочного сотрудничества в области фармацевтических наук и биотехнологий.

Целью Соглашения стало рас-

Целью Соглашения стало расширение взаимодействия в области образования, науки и технологий, особенно в областях фармакологии и биотехнологии. Это свидетельствует о стремлении обеих сторон объединить усилия для продвижения передовых разработок и повышения квалификации кадров.

Реализация данного соглашения создаст благоприятные условия для интеграции лучших практик и методов российского и бразильского опыта в область фармации и биотехнологий, содействуя дальнейшему росту престижа и конкурентоспособности учебных заведений и научных организаций.



Фото ИЭМ

В БОЛЬНИЦЕ СВЯТОГО ГЕОРГИЯ ОТКРЫЛАСЬ ФОТОВЫСТАВКА «ДОНОР ПО-ПИТЕРСКИ. ВЗРОСЛЫЕ ТОЖЕ ЧЬИ-ТО ДЕТИ»

Герои фотовыставки – десять петербуржцев, получивших второй шанс на жизнь благодаря своим «генетическим близнецам» – донорам костного мозга. Как рассказала автор и идеинный вдохновитель проекта, директор фонда «Центр развития донорства костного мозга» Любовь Белозерова, идея создать выставку возникла случайно, когда узнала о формировании регистра доноров костного мозга. Она сдала образец крови и вступила в регистр и, через два года стала донором стволовых клеток для человека, который болел раком крови.

«Я была третьим неродственным донором в России, который совпал с реципиентом. Я была уверена, что это ребенок, но оказалось, что это взрослый мужчина. Более 10 лет у реципиента все хорошо. Из этой истории и родился наш проект», – пояснила Любовь Белозерова.

Герои выставки – десять человек, которые благодаря реестру доноров костного мозга, в котором нашлись их генетические близнецы, и трансплантации, смогли победить тяжелый недуг. Все они взрослые люди. По словам директора фонда «Центр развития донорства костного мозга» зачастую благотворительные фонды и жертвователи охотнее помогают детям, чем взрослым. Но взрослых пациентов, нуждающихся в трансплантации, в пять раз больше. «Наша фотовыставка называется «Донор по-питерски. Взрослые тоже чьи-то дети». Они, какими бы сильными не казались.

какими бы сильными не казались, для кого-то всегда остаются дети-ми», — добавила она.

Автором фотографий и одной из героинь проекта является координатор донорских акций фонда «Центр развития донорства костного мозга», реципиент Татьяна Пономарева. Семь лет назад она перенесла трансплантацию костного мозга и смогла выzdороветь благо-

даря донору стволовых клеток.

Каждые двадцать минут один человек в России узнает о том, что у него рак крови. Заболевшему мо-



Фото предоставлено Больницей Святого Георгия

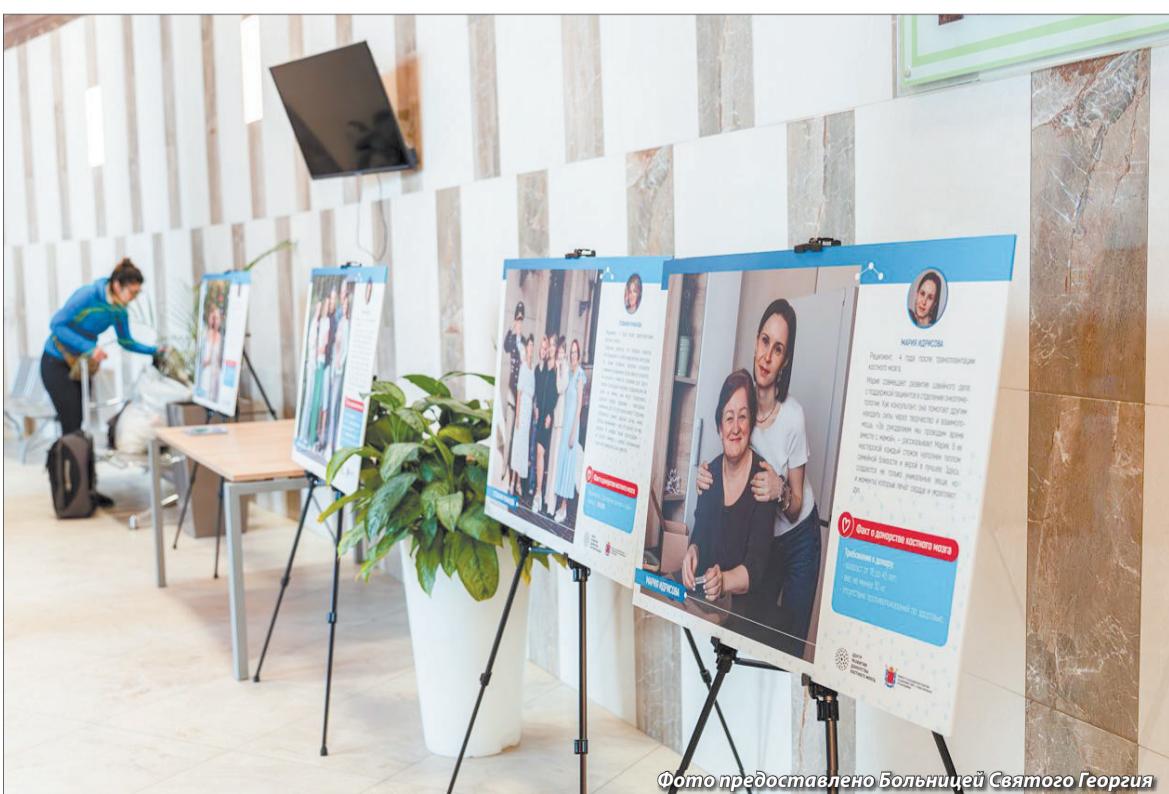


Фото предоставлено Больницей Святого Георгия

В ЗДРАВООХРАНЕНИЕ 4

К МЕЖДУНАРОДНОМУ ДНЮ СТОМАТОЛОГА!

9 февраля в России как и в большинстве стран отмечается Международный день стоматолога.

В СПб ГБУЗ «Городская стоматологическая поликлиника № 33» в 2025 году в годовщину 25-летия со дня образования появилась традиция: торжественное занесение лучших работников на Доску почёта. Концепция выделения «лучшего по профессии» полностью соответствует новеллам нового национального проекта «Кадры», утвержденного Президентом России В.В. Путиным 1 января 2025 г.

Для обеспечения высокой укомплектованности кадрами с одной стороны нужно их активное привлечение, а с другой – стабильный коллектив! Надежный коллектив позволяет новичку быстро адаптироваться, опытные его члены выступают в роли наставника, помогают укрепить профессиональные компетенции для оказания стоматологической помощи качественно и безопасно. Система менеджмента качества любой медицинской организации сильно зависит от её коллектива. Именно поэтому для совершенствования медицинской помощи жителям Санкт-Петербурга в поликлинике выстроена трехмерная система мотивации. Доска почета является одним из ее элементов, равная возможность быть занесенным на которую каждый год возникает у любого работника, – главное: баланс ключевых показателей эффективности и результативности с мнением трудового коллектива.

В систему нематериальной мотивации входит Книга почёта. Тут совершенно другая история: она нацелена на поддержание производственной традиции, в неё заносят за выслугу более 10 лет в поликлинике. В настоящее время в ней 6 работников: одна медсестра 20 лет, продолжают работать, являясь профессионалами-наставниками. Книги безупречны и являются примером остальным.

Такой подход к мотивации на наш взгляд позволяет не просто обеспечить укомплектование кадрами поликлинику, а формирует коллектив клиники, где есть место передачи ценностей, традиций и профессиональных компетенций при высоком качестве и безопасности оказания стоматологической помощи.



*Главный врач СПб ГБУЗ «Городская стоматологическая поликлиника № 33», доктор медицинских наук,
Главный внештатный специалист стоматолог Минздрава России в СЗФО
Заслуженный врач Санкт-Петербурга
Роман Розов*

В феврале текущего года в Международный день стоматолога в СПб ГБУЗ «Городская стоматологическая поликлиника № 33» состоится вторая церемония открытия Доски почёта.

Год назад этот проект, возрождающий лучшие кадровые практики, был запущен с целью по-новому оценить труд медицинских работников. Идея, которая поначалу вызывала скепсис, не просто прижилась – она стала одним из самых ожидаемых и волнующих событий в жизни большого коллектива.

Путь на Доску почёта для десяти лучших из почти 400 работников состоял из двух ключевых этапов. Первый – объективный анализ клинико-экономических показателей, который выявил 30 претендентов, лидеров в своих профессиональных нишах. Второй, не менее важный, – демократичное тайное голосование коллег. Таким образом, право быть занесенным на Доску почёта – это всегда двойное признание: признание результата и признание авторитета в коллективе.

«В прошлом году мы доказали, что такие инструменты, как Доска почёта, в современном мире не просто актуальны, а жизненно необходимы, – отмечает главный врач поликлиники Роман Розов. – Это не о конкуренции, а о культуре признания. Видеть на стене лица тех, на кого равняются, к чьему мнению прислушиваются, – мощнейший мотиватор для всей команды. И особенно ценно, что выбирают своих героев сами работники».

В этом году фотографии на обновленной доске сменились, открыты новые имена и новые истории профессионального ма-

стерства. В номинации «Лучший врач-стоматолог-терапевт» теперь гордо смотрит на нас Екатерина Тарасова. Ее пациенты отмечают не только филигранную работу, но и невероятное умение превратить визит к стоматологу в спокойный, почти дружеский диалог. Звание «Лучшего врача-стоматолога-хирурга» присуждено Владлену Коломойцеву. Его хладнокровие, скорость принятия решений и ювелирная точность рук стали легендой не только среди пациентов, но и среди молодых коллег. В ортопедии эталоном стал Никита Азаров, признанный «Лучшим врачом-стоматологом-ортопедом». Его работы – это синтез глубоких знаний, современных технологий и подлинного эстетического чутья. Врач-ортодонт Ирина Серикова была удостоена номинации «Лучший врач-ортодонт» за свои новаторские подходы к созданию идеальных улыбок и исключительное терпение, с которым она ведет каждого пациента к блестящему результату.

Особым уважением пользуется победа в номинации «Лучший врач-стоматолог детский». В этом году это звание завоевала Юлия Головина, создавшая в своем кабинете настоящую «зону без страха». Ее подход доказывает, что лечить детей – это особый талант, требующий не просто медицинских навыков, но и психологии, и творчества. Не менее горячо коллектив и многолетний опыт стали спорят для всего персонала. Звание «Универсальный профессионал» по праву получил Роман Козлов, начальник планово-экономического отдела, чье глубокое понимание финансовых механизмов здравоохранения и стратегическое мышление позволяют оптимально распределять ресурсы, обеспечивая поликлинику всем необходимым для работы на самом высоком уровне.



Фото : СПб ГБУЗ «Городская стоматологическая поликлиника № 33»

поддерживал и другие номинации. «Лучший старт» – эта награда у Ильвины Салиховой, молодого гигиениста стоматологического, только начинающего свой путь по этой специальности. Титула «Образец мастерства» удостоилась Наталия Егорова, старший зубной техник, чей организаторский талант и многолетний опыт стали опорой для всего персонала. Звание «Уникальный профессионал» по праву получил Роман Козлов, начальник планово-экономического отдела, чье глубокое понимание финансовых механизмов здравоохранения и стратегическое мышление позволяют оптимально распределять ресурсы, обеспечивая поликлинику всем необходимым для работы на самом высоком уровне.

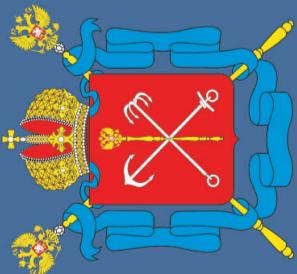
Как и прежде, отдельно отметили лучших в номинациях «Лучшая медицинская сестра» – победа в которой по праву досталась Светлане Прасовой. Её профессионализм, был закалён в ходе командировок в городе-побратиме Мариуполе, где она самоотверженно оказывала стоматологическую помощь в сложнейших условиях, – и «Лучший администратор», победителем в которой стала Сатеник Бурнусузян, настоящий мастер находить решения в самых нестандартных ситуациях у стойки регистратуры.

Торжественная церемония на-
граждения, предваренная про-
фессиональной фотосессией для
героев дня пройдет в актовом
зале поликлиники 9 февраля. Ка-
ждому лауреату будут вручены

выписка из приказа и памятная фотография. Но главной наградой, как признаются сами виновники торжества, является признание коллег и понимание, что их труд ценят по-настоящему.

Обновленная Доска почёта – это не точка, а многоточие. Она говорит о том, что в стенах стоматологической поликлиники № 33 работают не просто специалисты, а личности. Что здесь ценят не только цифры в отчетах, но и человеческие качества, преданность делу и умение работать в команде. Это – лучший подарок к Международному дню стоматолога и уверенный шаг в будущее, где уважение и признание становятся прочным фундаментом для качественной и безопасной помощи каждому пациенту.

ДОСКА ПОЧЁТА



Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение здравоохранения «Городская стоматологическая поликлиника № 33»

СПб ГБУЗ «Городская стоматологическая поликлиника № 33» - крупнейший центр амбулаторной стоматологии в Северо-Западном федеральном округе. Ежегодно в поликлинике получают медицинскую помощь 300 000 пациентов.

К поликлинике прикреплено более 600 000 человек, из которых 120 000 - дети.

Квалифицированные специалисты, имеющие богатый опыт и необходимые компетенции по лечению стоматологических заболеваний, отличное материально-техническое обеспечение, широкий парк современного медицинского оборудования, применение высоких технологий, инновационных подходов к лечению и современных материалов в оказании стоматологической помощи дают Городской стоматологической поликлинике № 33 конкурентные преимущества по сравнению с другими стоматологическими учреждениями и позволяет успешно справляться с поставленными задачами на благо жителей Санкт-Петербурга.

Основано в 2000 году.

лучший ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ ДЕТСКИЙ <p>Юлия Сергеевна Головина</p>	лучший ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ-ОРТОПЕД <p>Никита Александрович Азаров</p>	лучший ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ-ТЕРАПЕВТ <p>Екатерина Андреевна Тарасова</p>	лучший ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ-ХИРУРГ <p>Владилен Вачеславович Коломойцев</p>	лучший ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ-ОРТОПЕД <p>Ирина Олеговна Серикова</p>	лучший ВРАЧ-СТОМАТОЛОГ-ХИРУРГ <p>Анна Олеговна Саликова</p>
лучший АДМИНИСТРАТОР <p>Светлана Владимировна Прасова</p>	лучшая МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА <p>Роман Александрович Козаев</p>	«УНИКАЛЬНЫЙ ПРОФЕССИОНАЛ» <p>Наталья Николаевна Егорова</p>	«ОБРАЗЕЦ МАСТЕРСТВА» <p>Светлана Ульянова</p>	«УСПЕШНЫЙ СТАРТ» <p>Татьяна Слободчикова</p>	лучший АДМИНИСТРАТОР <p>Светлана Владимировна Прасова</p>

Миссия: «*Оказывать доступную, высококачественную и безопасную стоматологическую помощь каждому жителю Санкт-Петербурга*»

Уведомление КПК «ВИТА» (ОГРН: 1027810231503)

Уведомление о проведении ежегодного общего собрания пайщиков КПК «ВИТА»

Кредитный потребительский кооператив «ВИТА» (190005, г. Санкт-Петербург, Измайловский пр-т, д.4, литер А, пом. 13-Н, офис 221) сообщает, что Правлением кооператива принято решение о проведении Общего собрания членов КПК «ВИТА»

Кредитный потребительский кооператив «ВИТА» в соответствии с требованиями ст.18 Федерального закона от 18.07.2009г. № 190-ФЗ «О кредитной кооперации», Устава КПК «ВИТА» и «Положения об органах кредитного кооператива» уведомляет о проведении очередного общего собрания членов кредитного потребительского кооператива «ВИТА».

1. Форма проведения очередного общего собрания членов КПК «ВИТА» – собрание уполномоченных.
 2. Дата и время проведения очередного общего собрания членов КПК «ВИТА» – 20 марта 2026 года в 12-00 часов, начало регистрации: 11 часов 30 минут.
 3. Место проведения собрания: г. Санкт-Петербург, Измайловский пр., д.4, литер А, помещение 13-Н, офис 238.
 4. Повестка собрания:
 1. Избрание председателя и секретаря Общего собрания.
 2. Избрание счетной комиссии.
 3. Утверждение отчета о деятельности Правления КПК «ВИТА» за 2025 год.
 4. Утверждение отчета о деятельности Ревизионной комиссии КПК «ВИТА» за 2025 год.
 5. Утверждение отчета о состоянии системы управления рисками в КПК «ВИТА» за 2025 год.
 6. Утверждение исполнения сметы доходов и расходов КПК «ВИТА» за 2025 год, распределение доходов (покрытие убытков).
 7. Утверждение годовой бухгалтерской (финансовой) отчетности кредитного кооператива «ВИТА» за 2025 год.
 8. Утверждение решений Правления КПК «ВИТА» за 2025-2026 годы.
 9. Утверждение сметы доходов и расходов КПК «ВИТА» на 2026 год.
 10. Вопросы

10. Разное.
С документами, подлежащими рассмотрению на общем собрании членов кооператива, можно ознакомиться в офисе Кооператива по адресу: 190005, г. Санкт-Петербург, Измайловский пр., д.4, литер А, помещение 13-Н, офис 221 в рабочие дни: понедельник – четверг с 9.00 часов до 17.30 часов, пятница с 9.00 часов до 15.30 часов.



С глубокой скорбью сообщаем, что на 97-м году жизни скончалась выдающийся учёный, академик РАН, заслуженный деятель науки РФ, профессор, доктор медицинских наук, почетный доктор Института экспериментальной медицины Елена Андреевна Корнева. Её уход стал невосполнимой утратой для отечественной науки и всего научного сообщества.



науки и всего научного сообщества.

Профессиональная жизнь Елены Андреевны была неразрывно связана с Институтом экспериментальной медицины, где она занималась фундаментальными вопросами патофизиологии и создала новую область науки – иммунофизиологию. Разработанная ею концепция многоуровневой иерархической системы нейрогуморальной регуляции иммунологических процессов признана международным научным сообществом.

Елена Андреевна возглавляла отдел общей патологии и патофизиологии Института экспериментальной медицины более тридцати лет, воспитала целое поколение талантливых исследователей и внесла значительный вклад в развитие современной медицинской науки. Она разработала новые подходы к пониманию взаимодействий иммунной и нервной систем, предложив уникальную методику оценки состояния иммунной системы и прогнозирования тяжёлых патологий.

Имя Елены Андреевны Корневой навечно войдёт в историю российской науки, а её научные открытия продолжат вдохновлять последующие поколения исследователей. От имени руководителя и коллектива Института экспериментальной медицины выражаем искреннее сочувствие родным и близким Елены Андреевны. Пусть светлая память о ней живет в наших сердцах!

С 1 ФЕВРАЛЯ ОТДЕЛЕНИЕ СФР ПО САНКТ-ПЕТЕРБУРГУ И ЛЕНОБЛАСТИ ПРОИНДЕКСИРОВАЛО ДЕНЕЖНУЮ КОМПЕНСАЦИЮ НАБОРА СОЦИАЛЬНЫХ УСЛУГ (НСУ) ПОЛУЧАТЕЛЯМ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ЛЬГОТ



К числу федеральных льготников относятся ветераны Великой Отечественной войны и их вдовы, вдовцы, жители блокадного Ленинграда, граждане с инвалидностью, ветераны боевых действий, а также пострадавшие в результате радиационных и техногенных катастроф.

Помимо этого, ветераны боевых действий, а также пострадавшие в результате радиационных и техногенных катастроф.

По умолчанию НСУ предоставляетя в натуральной форме в виде бесплатных лекарств и медицинских изделий, путевки в санаторий, бесплатного проезда на пригородных электричках (круглогодично), а также на междугородном транспорте к месту лечения и обратно. По желанию набор можно частично или полностью получать деньгами. Сумма денежной компенсации за НСУ в 2026 году составляет 1,8 тыс. рублей. Всем получателям денежного эквивалента выплаты проиндексированы автоматически.

«В 2026 году свыше 362 тысяч федеральных льготников из Санкт-Петербурга и Ленобласти сделали выбор в пользу получения НСУ в натуральной форме. Это свыше половины всех получателей федеральных льгот в регионе. Еще четверть выбрали смешанную форму получения набора социальных услуг», – сказал управляющий Отделением Социального фонда по СПб и ЛО Константин Островский.

Изменить форму получения НСУ можно только раз в году – в срок до 1 октября необходимо обратиться с заявлением в клиентскую службу Отделения СФР по Санкт-Петербургу и

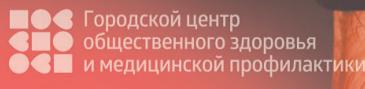
Ленинградской области или оформить заявку на портале Госуслуги. В этом случае с января следующего года форма получения набора будет изменена. Если льготника устраивает форма получения НСУ, и он не хочет её менять на следующий год, подавать отдельное заявление не требуется. Между тем, к выбору между льготами и денежным эквивалентом необходимо подходить обдуманно. Сохранив за собой право на натуральные льготы (часть льгот), гражданин сможет

СЕРДЦЕ – ВАЖНЕЙШИЙ ОРГАН НАШЕГО ОРГАНИЗМА, ОТ ЕГО СОСТОЯНИЯ ЗАВИСИТ ЗДОРОВЬЕ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Следите за здоровьем сердца

- **контролируйте уровень** холестерина и **глюкозы** в крови, артериальное **давление**, индекс массы тела
 - регулярно **проходите диспансеризацию** и медицинские осмотры

Своевременное обращение к врачу при признаках болезней сердца спасет жизнь!



ОСТОРОЖНО: ГРИПП!



СИМПТОМЫ ГРИППА

- РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА И ОЗНОКИ
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
- ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ
- БОЛЬ, ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ
- СУХОЙ КАШЕЛЬ
- ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА
- СВЕТОБОЯЗНЬ
- ОБЩЕЕ НЕДОМОГАНИЕ, СЛАБОСТЬ

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА

- СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ ОТ ГРИППА
- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ
- ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ МАСКИ
- ОГРАНИЧЬТЕ ПРЕБЫВАНИЕ В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ
- ИЗБЕГАЙТЕ ЛИЧНЫХ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ
- СОБЛЮДАЙТЕ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ
- ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ЖИДКОСТИ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ
- ВЫЗОВИТЕ ВРАЧА
- НЕ ЗАНЯМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ
- ПРОВЕТЕРИВАЙТЕ ПОМЕЩЕНИЕ

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБОЛЕЛИ

Ваш Роспотребнадзор

