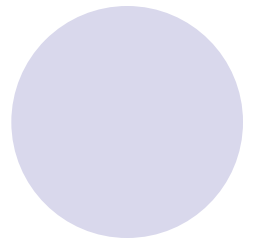
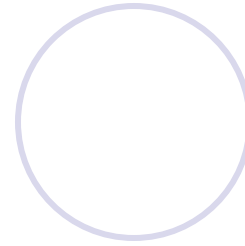
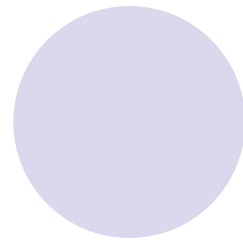
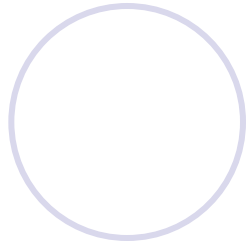
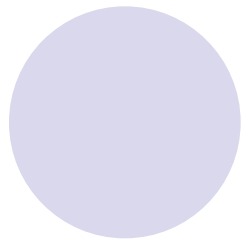


Как защитить себя от простудных заболеваний?!

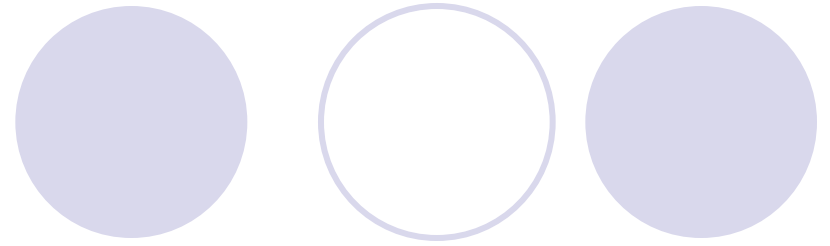
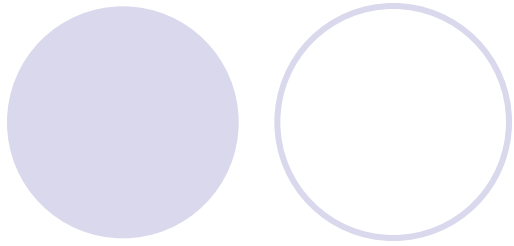




***“Солнце, воздух и вода –
наши лучшие друзья!!!”***







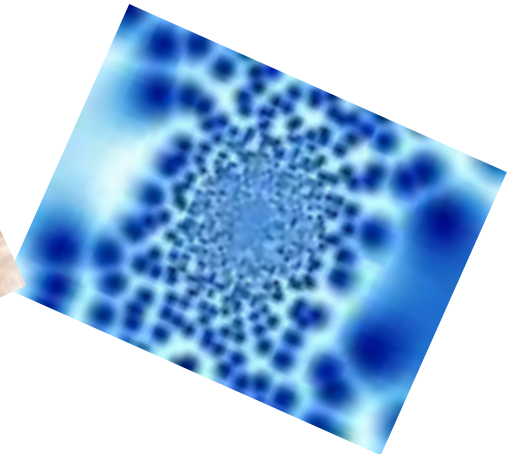
Простудные заболевания:

 **Грипп;**

 **Ангина;**

 **Насморк;**

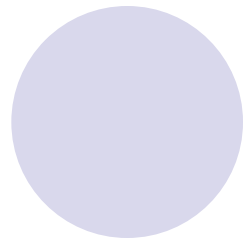
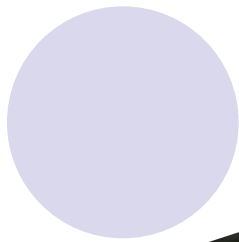
 **Бронхит**





Грипп - это вирусное инфекционное заболевание, которое сопровождается повышением температуры, со слабостью, тошнотой и иногда рвотой.

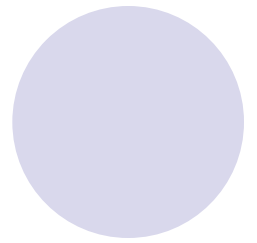
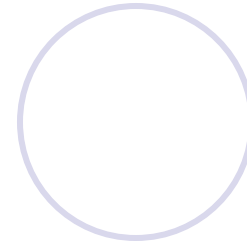
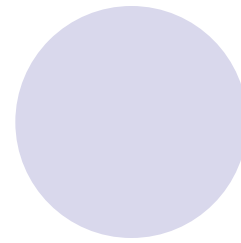
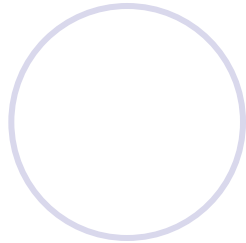
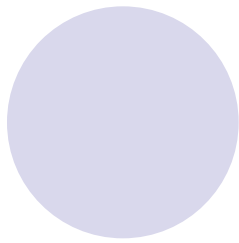
Ангина – инфекционно – аллергическое заболевание, которое выражается воспалением гланд, лечение назначается врачом.



Признаки простудных заболеваний:

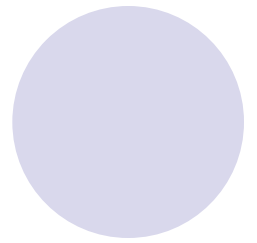
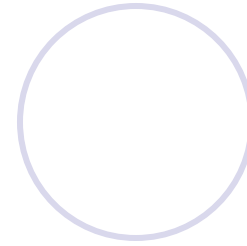
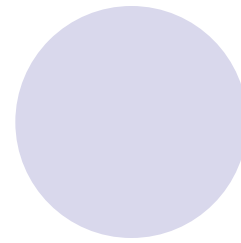
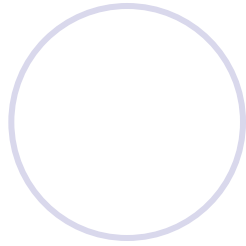
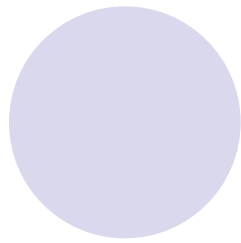
Кашель





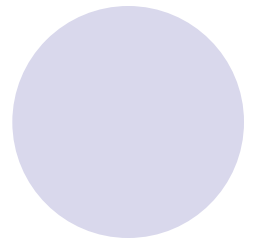
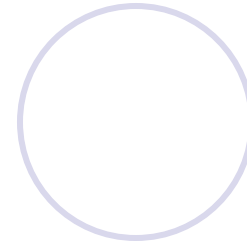
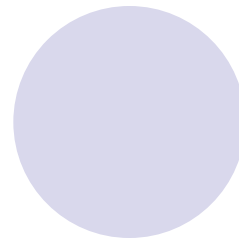
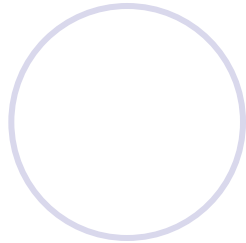
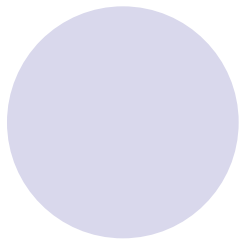
Чихание





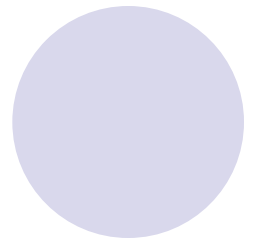
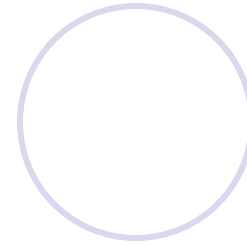
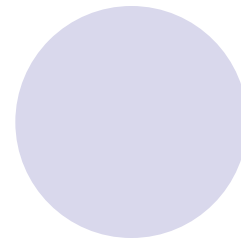
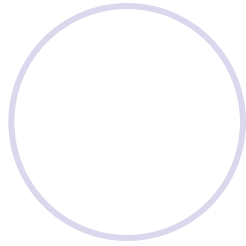
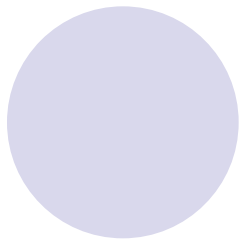
Высокая температура





Головная боль





Боли в горле



Чтобы не болеть:

- **Одеваться по погоде!**



Заниматься спортом!

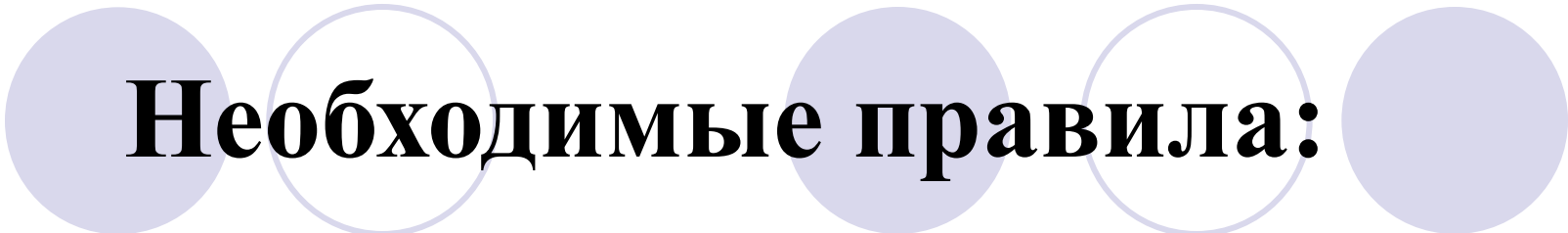


Правильно питаться!



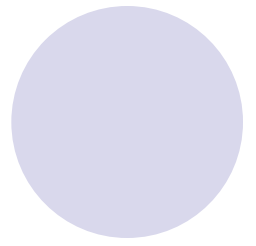
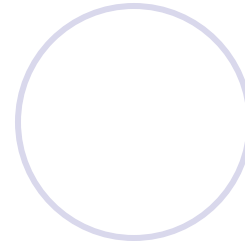
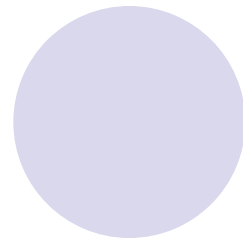
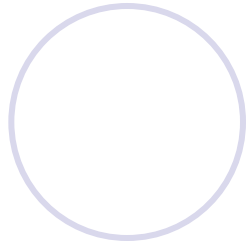
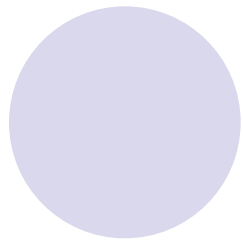
Правильно закаливаться!





Необходимые правила:

- Руки должны быть всегда **ЧИСТЫМИ!**
- Фрукты должны быть всегда **МЫТЫЕ!**
- Воздух, которым мы дышим **СВЕЖИЙ!**
- При чихании и кашле, нужно **ПРИКРЫВАТЬ РОТ!**



Всего доброго!!!

Не болейте!!!!