



ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ  
ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА

Управление  
Федеральной службы по надзору в сфере  
защиты прав потребителей и благополучия  
человека по Красноярскому краю  
(Управление Роспотребнадзора по Красноярскому краю)

Территориальный отдел Управления  
Федеральной службы по надзору в сфере защиты  
прав потребителей и благополучия человека по  
Красноярскому краю в городе Канске  
Эйдемана ул., д. 4, г. Канск, 663613  
тел./факс (8-391-61) 2-71-88  
E-mail: kansk@24.rospotrebnadzor.ru  
<http://24.rospotrebnadzor.ru>  
ОКПО 76736519, ОГРН 1052466033608  
ИНН/КПП 2466127415/245032001

14.11.21 № 24-03-01/02-672-2021

на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Электронной почтой

Руководителю Управления  
образования г. Канска

Руководителям Управления  
образования Абанского,  
Дзержинского, Иланского,  
Канского, Ирбейского,  
Нижеингашского и  
Тасеевского районов

О направлении информационного материала

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Красноярскому краю в г. Канске направляет Вам информационный материал по вопросам профилактики внебольничной пневмонии для размещения на сайте с целью информирования населения.

Приложение: на 1 л. в 1 экз.

Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Красноярскому краю в г. Канске

В. В. Хорохордин

Мальшева Л.В., 27134

## **Основные рекомендации по профилактике внебольничной пневмонии:**

✓ Необходимо вести здоровый образ жизни: заниматься физкультурой и спортом, совершать частые прогулки на свежем воздухе.

✓ Необходимо придерживаться здорового полноценного питания с достаточным содержанием белков, микроэлементов и витаминов.

✓ До наступления холодов и подъема заболеваемости респираторными инфекциями следует сделать прививку против гриппа, поскольку пневмония часто является осложнением гриппа.

✓ В холодное время года нужно одеваться по погоде, избегать переохлаждений, а в летнее - сквозняков.

✓ Следует соблюдать режимы проветривания и влажной уборки в помещениях.

✓ В период подъема заболеваемости гриппом рекомендуется избегать контакта с больными людьми.

✓ Необходимо соблюдать гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще.

✓ Если заболели вы или ваш ребенок, необходимо остаться дома и как можно скорее вызвать врача и ни в коем случае не заниматься самолечением.

**Будьте здоровы!**