

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ. ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА СРЕДИ ДЕТЕЙ

Каждый родитель ставит перед собой цель уберечь своего ребенка от любого заболевания, в том числе и от гриппа.

Грипп – острое инфекционное заболевание верхних дыхательных путей, которое способно достаточно быстро передаваться от больного человека здоровому. В качестве источника инфекции выступает больной человек.

При заражении гриппом больной испытывает общее недомогание, повышение температуры до 39-40 градусов, головную боль и головокружение, озноб, ломоту в теле, увеличение потливости.

Грипп – заболевание небезобидное. Вирус гриппа достаточно изменчив и в разные годы могут проявлять активность разные штаммы. Опасность заболевания заключается в том, что при позднем обращении и неправильном его лечении возникают осложнения. Например, пневмония, бронхит, трахеофарингит. Поэтому помните, что самолечение при гриппе недопустимо! Только врач сможет назначить правильное лечение в зависимости от особенностей детского организма и его состояния.

Для того чтобы защитить своего ребенка от гриппа необходимо запомнить и соблюдать несколько простых правил профилактики:

1. Следите за соблюдением режима дня. Ребенок должен высыпаться, не испытывать физических и умственных перегрузок. Также, не забудьте про прогулки на свежем воздухе. Подбирайте одежду по погоде. Перед выходом на улицу убедитесь, что ребенок не будет подвержен переохлаждению или перегреванию (особенно это касается детей младшего возраста).
2. Научите малыша регулярно, тщательно мыть руки с мылом и использовать только свое полотенце. Мойте руки вместе, это послужит отличным примером для подражания.
3. Расскажите ребенку, что кашлять и чихать нужно только прикрывая рот платком. Проследите за тем, чтобы чистый платок всегда был в кармане его одежды.
4. Избегайте посещения мест скопления людей.
5. Дома проводите влажную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств и регулярно проветривайте комнаты.

Если ребенок уже заболел, ни в коем случае не отправляйте его в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия. При гриппе крайне важно соблюдать постельный режим, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма. Вызовите врача и строго выполняйте все его рекомендации, обеспечьте своевременный прием лекарств вашим ребенком.