



## Консультация для родителей дошкольников

Грипп, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем.

Каковы симптомы заболевания?

- жар
- кашель
- боль в горле
- ломота в теле
- головная боль
- озноб и усталость
- изредка -рвота и понос

У детей младшего возраста типичные симптомы могут не проявляться, но у них отмечается затрудненное дыхание и слабая активность.

У детей до 5 лет вероятность развития тяжелого заболевания, в том числе пневмонии, выше, чем у детей старшего возраста.

### *Как уберечься от инфицирования?*

В основном вирусы гриппа передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Вирус гриппа может попасть в организм через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. При соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение микробов, вызывающих респираторное заболевание:

- ✚ научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
- ✚ научите детей кашлять и чихать в салфетку или руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
- ✚ научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора -два метра.
- ✚ заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.
- ✚ воздержитесь от посещения магазинов, кинотеатров или других мест скопления людей в районах.

## ***Что делать, если заболел ребенок?***

- ✓ оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь. Не отправляйте его в школу или в дошкольное учреждение.
- ✓ давайте ребенку много жидкости (сок, воду и др)
- ✓ создайте больному ребенку комфортные условия. Крайне важен покой.
- ✓ если у ребенка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете дать ему жаропонижающие лекарства, которые пропишет врач с учетом возраста пациента.
- ✓ если кто-либо в вашем доме заболел, не допускайте его контакта со здоровыми.
- ✓ держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.

Если у вашего ребенка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков, обратитесь за медицинской помощью:

- ✓ учащенное или затрудненное дыхание
- ✓ синюшность кожных покровов
- ✓ отказ от достаточного количества питья
- ✓ не пробуждение или отсутствие реакции
- ✓ возбужденное состояние
- ✓ отсутствие мочеиспускания или слез во время плача

Симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем. Что следует предпринять родителям, чтобы уберечь своих детей и других членов семьи от гриппа

### ***Ранняя профилактика сезонного гриппа***

Самым надежным и эффективным методом профилактики является вакцинация от гриппа. Обсудите со своим врачом, как вы можете уберечь своих детей и других членов семьи от гриппа в предстоящем сезоне.

### ***Профилактика в период эпидемии гриппа***

- ✚ Избегайте посещения мероприятий и мест с массовым скоплением народа.
- ✚ Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективным является средства для обработки рук на основе спирта.
- ✚ Следите за состоянием здоровья ребенка и других членов семьи: проверяйте температуру тела и наличие других симптомов гриппа.
- ✚ Ограничьте контакты ребенка со сверстниками, исключите контакты с людьми с симптомами гриппоподобного заболевания.

- ✚ Подумайте, как обеспечить уход за ребенком дома, в случае если он заболел.
- ✚ Подберите игры, книги, видеодиски и другие вещи, необходимые для развлечения в кругу семьи на случай, если отменят занятия в школе или если ваш ребенок заболел и будет вынужден оставаться дома.
- ✚ В случае заболевания одного из членов семьи все дети дошкольного возраста должны оставаться дома в течение 5 дней с момента заболевания родственника.