

Памятка для родителей. Профилактика гриппа и ОРВИ у детей.



С целью обеспечения сезонной профилактики ОРВИ и ГРИППа необходимо проводить следующие мероприятия:

1. Соблюдение правил личной гигиены: тщательно мыть руки с мылом, полотенце должно быть индивидуальным.
2. Соблюдение режима дня.
3. Избегать переохлаждений и перегреваний.
4. Во время кашля и чихания прикрывать нос и рот одноразовыми платками.
5. Проводить регулярные проветривания и влажную уборку помещения, в котором проживаете.
6. Питание ребенка должно быть сбалансированным, богатое витаминами и микроэлементами.
7. Вакцинировать ребенка от ГРИППа, пневмококковой и гемофильной инфекций.

При первых признаках заболевания необходимо:

- изолировать ребенка от других детей (членов семьи)
- вызвать врача.
- исключить пребывание ребенка в организованном коллективе.

Каковы симптомы заболевания?

Грипп начинается остро, с резкого повышения температуры тела до 38-40, озноба, головной боли и ломоты в мышцах, выраженного чувства сухости в носу и глотке. На второй день присоединяется сухой кашель, боль за грудиной. Основными симптомами ОРВИ являются насморк или заложенность носа, чихание, кашель. После появляется повышение температуры тела, першение или болезненность горла, слабость и потеря аппетита.

Известно, что больной гриппом может быть заразным, начиная с 1 дня (до появления первых симптомов заболевания) и до 7 дней после начала заболевания.

Заболевшие дети должны оставаться дома и не посещать образовательные учреждения, так как являются источником инфекции и могут заразить других. По вопросам вакцинации обращайтесь к участковому педиатру.

Берегите себя и своих близких!

Памятка для родителей. Профилактика гриппа и ОРВИ у детей.