

Рекомендации для родителей по профилактике ОРВИ и гриппа у детей

Грипп, вызывается вирусом, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, а также через руки, которыми мы прикрываем нос и рот вовремя чихания и кашля.

Грипп представляет большую опасность из-за развития серьезных осложнений, особенно у детей. Тяжелое течение гриппа сопровождается поражением нижних дыхательных путей с развитием пневмоний и признаками дыхательной недостаточностью. Отмечены тяжелые случаи заболевания с летальным исходом.

Особенности течения гриппа у взрослых начинается внезапно с резкого повышения температуры, головной боли, мышечных и суставных болей. У детей грипп протекает по-разному: одни становятся вялыми, много спят, другие - беспокойными, раздражительными, температура повышается до 37 - 39 градусов, отмечается затрудненное дыхание.

Профилактика гриппа.

Самым эффективным способом профилактики, по мнению ВОЗ, является вакцинация. Состав вакцины против гриппа меняется ежегодно по рекомендации ВОЗ. Прежде всего, вакцинироваться рекомендуется тем, кто входит в группу риска. Оптимальное время для вакцинации октябрь-ноябрь.

На начало эпидсезона 2019-2020 года в г. Новый Уренгой из числа переболевших гриппом 1 человек привит. Заболевание протекало в легкой форме, без осложнений.

Как предупредить заражение ребенка в период эпидемии гриппа?

- Проводить регулярно проветривания и влажной уборки помещения, в котором находится ребенок и квартиры в целом.
- Научить детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
- Использовать индивидуальные или одноразовые полотенца.
- Научить детей кашлять и чихать в одноразовую салфетку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей. Научить детей не подходить к больным ближе, чем на полтора - два метра.
- **Заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные и образовательные учреждения).**
- Воздержаться от посещения мест скопления людей.
- Соблюдение режима дня (достаточный сон, прогулки на свежем воздухе, избегать физических и умственных перегрузок).
- Избегать как переохлаждений, так и перегревания детей.

ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

1. Изолировать ребенка от других детей (членов семьи).
2. Вызвать врача.
3. Исключить пребывание ребенка в организованном коллективе