



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 заболевания:

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.

Будьте здоровы!