

## Памятка для родителей «Если ребенок заболел»



### В СЕЗОН ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НУЖНО ВЗЯТЬ НА ЗАМЕТКУ:

#### ПУТИ ПЕРЕДАЧИ ИНФЕКЦИИ:

**ВОЗДУШНО-КАПЕЛЬНЫЙ** – вирус выделяется со слизистых оболочек дыхательных путей при дыхании, разговоре, кашле, чихании.

**КОНТАКТНЫЙ** - прикоснувшись к любой твердой поверхности или предмету, если там есть вирусы (стол, дверная ручка, телефон, игрушки).

Прикасаясь грязными руками к носу, рту, глазам.

#### СИМПТОМЫ:

- **РЕЗКИЙ ПОДЪЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА (выше 38 ° С).**
- **СЛАБОСТЬ.**
- **ЛОМОТА В МЫШЦАХ И СУСТАВАХ.**
- **ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, БОЛЬ В ГОРЛЕ.**
- **ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОРК.**
- **КАШЕЛЬ, ЗАТРУДНЕННОЕ ДЫХАНИЕ.**
- **ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЕ РАССТРОЙСТВА (тошнота, рвота, понос).**

**Уважаемые родители!**

**ПОМНИТЕ, что даже при проявлении первых симптомов гриппа у вашего ребенка**

**НЕДОПУСТИМО:**

- **САМОСТОЯТЕЛЬНО НАЗНАЧАТЬ МЕДИКАМЕНТОЗНОЕ ЛЕЧЕНИЕ.**
- **ОТПРАВЛЯТЬ РЕБЕНКА В ДЕТСКОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ, Т.К. ЭТО ОПАСНО НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ ЗАБОЛЕВШЕГО, КОТОРЫЙ МОЖЕТ ПОЛУЧИТЬ ОСЛОЖНЕНИЕ, НО И ДЛЯ ДРУГИХ ДЕТЕЙ, КОНТАКТИРУЮЩИХ С БОЛЬНЫМ.**

**НЕОБХОДИМО:**

- **ВЫЗВАТЬ ВРАЧА НА ДОМ.**
- **ОБЕСПЕЧИТЬ РЕБЕНКУ ПОСТЕЛЬНЫЙ РЕЖИМ, ОБИЛЬНОЕ ПИТЬЕ.**

**С ЦЕЛЬЮ ПРОФИЛАКТИКИ ОРВИ И ГРИППА НЕОБХОДИМО ПРОВОДИТЬ СЛЕДУЮЩИЕ МЕРОПРИЯТИЯ:**

**ВЕСТИ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

**ТЩАТЕЛЬНО МЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ, ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА**

**ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОДНОРАЗОВЫЕ САЛФЕТКИ ПРИ ЧИХАНИИ И КАШЛЕ**

**ИЗБЕГАТЬ КОНТАКТОВ С БОЛЬНЫМИ**

**ИЗБЕГАТЬ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ**

**НАДЕВАТЬ МАСКУ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ И ТРАНСПОРТЕ**

**СВОЕВРЕМЕННО ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ**

