

Первая помощь

Первая помощь, если ребенок заболел гриппом:

- оставьте ребенка дома, нельзя вести ребенка в детский сад;
- немедленно вызовите врача. Не занимайтесь самолечением;
- создайте комфортные условия: постельный режим, доступ свежего воздуха, увлажнение помещения, обильное теплое питье;
- соблюдайте рекомендации врача: принимайте лекарства строго по назначению;
- сообщите в детский сад: предупредите воспитателя о заболевании.



Чего нельзя делать при гриппе:

- нельзя переносить болезнь «на ногах»;
- давать антибиотики без назначения врача;
- заставлять ребенка кушать;
- кутать ребенка при высокой температуре;
- сбивать температуру ниже 38,5 °С;
- отказываться от проветривания и увлажнения воздуха;
- применять «народные методы»;
- вести ребенка в детский сад.



Грипп



Симптомы

Грипп – это острое респираторное вирусное заболевание, которое вызвано вирусами гриппа и поражает в первую очередь верхние дыхательные пути, а также бронхи и в более редких случаях – легкие.

Симптомы гриппа у ребенка:

- внезапное и резкое начало болезни;
- очень высокая температура – 38,5–40 °С;
- сильный жар, озноб;
- головная боль, боль в мышцах и глазах;
- резкая слабость, вялость, отказ от игр;
- возможна тошнота, рвота;
- насморк, заложенность носа;
- сухой, напряженный кашель.



У маленьких детей грипп может протекать нетипично, с преобладанием вялости или, наоборот, сильного беспокойства.



Профилактика

Профилактика гриппа:

- вакцинируйте детей;
- соблюдайте правила личной гигиены: нужно научить детей тщательно мыть руки с мылом, прикрывать рот и нос локтем при кашле и чихании;
- придерживайтесь здорового образа жизни: выбирайте сбалансированное питание, регулярно гуляйте на свежем воздухе;
- избегайте с ребенком массовых скоплений людей;
- делайте регулярную влажную уборку;
- рассказывайте детям в игровой форме о важности гигиены.

