

Консультация для родителей «Профилактика гриппа и ОРВИ у детей»

Каждый год с наступлением осенне-зимнего периода начинается всплеск заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями. В условиях северного климата, в котором находится более 80% территории России, особенно в период, характеризующийся экстремальными перепадами температур помещение-улица, переохлаждение является катализатором процесса падения иммунитета.

Следствием переохлаждения чаще всего у детей и взрослых является простуда, под общим обозначением ОРЗ, и имеющее схожие симптомы с вирусными инфекциями. Но простуда может поражать разные органы. В связи с этим различают следующие виды ОРЗ: ларингит, ринит, тонзиллит, фарингит, бронхит, бронхолит, назофарингит. При ОРЗ, аденовирусной инфекции или просто вирусной инфекции обычно преобладают катаральные симптомы, то есть у ребенка начинается насморк, болит горло, возникают катары верхних дыхательных путей, затем нижних, бронхиты. И только потом, на фоне этих катаральных явлений, появляется температура.

Из всех заболеваний, которыми болеют дети, на долю гриппа, ОРВИ и ОРЗ выпадает 94%. Особенностью респираторных вирусных инфекций является быстрое распространение. Основными источниками заражения для детей являются родители и близкие в доме, а также организованные детские коллективы – детские сады и школы.

Помимо того, что возрастает вероятность переохлаждения, осенью и зимой значительно учащается контакт человека с возбудителями инфекций, в первую очередь респираторных, передающихся воздушно-капельным путем.

В случае с ОРЗ важны общие меры предупреждения (ношение сезонной одежды, соответствующей уровню двигательной активности ребёнка, недопущение переохлаждения, проведение общеукрепляющих процедур), то в отношении гриппа и ОРВИ на первое место выходят профилактические меры, призванные в принципе не допустить развитие заболевания. В случае же развития заболевания необходима методика лечения не допускающая перехода развития болезни в острую стадию, опасную последующими осложнениями.

Какие профилактические меры применять, чтобы не заболел ребенок ОРЗ или ОРВИ, а что делать, если в семье уже кто-то болеет. Это мы с вами и обсудим.

Для того, чтобы дети в группе были здоровы, сотрудникам и родителям необходимо соблюдать следующие правила по охране здоровья детей:

1. Не приводить ребёнка в детский сад с признаками начала заболевания.
2. Долечивать ребёнка до полного выздоровления.
3. Строго выполнять рекомендации старшей медсестры детского сада.
4. Категорически запрещается давать медикаменты ребёнку в детском саду, а так же оставлять их в шкафчике или в кармане ребёнка.
5. После болезни, а также после отпуска родителей ребенок принимается в детский сад со справкой от педиатра.

6. Родители должны поставить в известность воспитателей о состоянии здоровья ребенка до посещения детского сада:
 - как часто ребенок болел ОРЗ или иными заболеваниями;
 - были ли у ребенка травмы;
 - есть ли хронические заболевания;
 - есть ли аллергия и на что;
 - что больше всего предпочитает ребенок в еде, а что не ест категорически.
7. Помощникам воспитателей и воспитателям строго соблюдать графики проветривания и кварцевания группового помещения.
8. Родителям запрещается давать ребенку с собой или оставлять в шкафчике любую еду, мелкие предметы (пуговицы, монетки и т.п.); игрушки, о которые можно пораниться.
9. Если ребенок часто потеет, родители должны позаботиться о нескольких комплектах запасной одежды.
10. Родителям одевать ребенка для прогулки по сезону, не кутать малыша.
11. Помнить, что при отключении отопления весной и ранней осенью, в группе может быть прохладно (иметь в шкафчике теплую одежду, которую ребенок может надевать в помещении)
12. В разгар сезонных вспышек ОРЗ рекомендуется приносить в группу чеснок.

Если ребенок все же заболел, следует помнить, что лечение ОРВИ вообще и гриппа в частности – это не глотание таблеток! Это создание таких условий, чтобы организм легко с вирусом справился. Основные правила лечения

1. Наденьте теплую одежду, а воздух в комнате сделайте прохладным и влажным.
2. Употребляйте в пищу что-нибудь легкое, углеводное, жидкое.
3. Пейте обязательно, как можно больше и чаще. Температура жидкости равна температуре тела (Компоты, морсы, чай.)
4. В нос распыляйте солевые растворы.
5. Банки, горчичники, припарки, ванны для ног – абсолютно ненужные процедуры.
6. Бороться с высокой температурой помогут жаропонижающие средства.
7. При поражении верхних дыхательных путей (*нос, горло, гортань*) отхаркивающие средства не нужны – они только усилят кашель. А вот поражение нижних дыхательных путей (*бронхиты, пневмонии*) нужно лечить соответствующими препаратами, выписанными врачом.
8. Противоаллергические средства не имеют к лечению ОРВИ никакого отношения.
9. Вирусные инфекции не лечатся антибиотиками. Антибиотики не уменьшают, а увеличивают риск осложнений.
10. Все интерфероны для местного применения – лекарства с недоказанной эффективностью.

Особенность детей дошкольного возраста является их большая восприимчивость к инфекционным заболеваниям. Основными симптомами заболевания служат следующие: повышение температуры, недомогание, головная боль, рвота, плохой аппетит, слабость, потливость, неустойчивое настроение. При малейших признаках заболевания гриппом родители должны **немедленно пригласить врача на дом**.

Соблюдая данные правила, мы вместе сохраним и укрепим здоровье детей.

Будьте здоровы!!!



Воспитатель: Глинцова Ю. Г.