



Памятка по профилактике гриппа для в осенне- зимний эпидемический сезон 2020!

**В период подъёма заболеваемости гриппом
рекомендуются 5 наиболее эффективных способов защиты от
гриппа в домашних условиях:**

Обратите внимание:

В число детей, подверженных повышенному риску осложнений гриппа, входят дети в возрасте до 5 лет и дети, страдающие хроническими заболеваниями!

1. Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа.
2. Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Также эффективными являются дезинфекционные средства для обработки рук.
3. Проводите влажную уборку помещений и их проветривание.
4. Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания. Соблюдайте социальную дистанцию.
5. **Обращаем Ваше внимание! При первых признаках респираторного заболевания необходимо оставить ребенка дома и вызвать врача на дом.**

Недопустимо самолечение!

Если все же ребенок заболел, то родителям следует

- ⇒ на время лечения выделить отдельную комнату для заболевших;
- ⇒ продлить время пребывания заболевших детей дома на 7 дней, даже в том случае, если состояние ребенка улучшится раньше;
- ⇒ продумать, как обеспечить уход за ребенком дома;
- ⇒ быть готовым следить за состоянием здоровья больного ребенка и других членов семьи;
- ⇒ проверить список контактных телефонов для связи в экстренных ситуациях ребенку (телефоны родителей и родственников);
- ⇒ обеспечьте досуг ребенка на время болезни, правильное питание, обильное питье и соблюдение режима дня;
- ⇒ ежедневно проводить влажную уборку и проветривание помещений.

