

Памятка для родителей



«Если ребенок заболел ОРВИ или гриппом»

1. Не приводите заболевшего ребенка в детский сад.
2. При температуре у ребенка 38 -39* вызвать педиатра или скорую помощь на дом.
3. При уходе за ребенком используйте медицинскую маску.
4. Научить ребенка при кашле и чихании прикрывать рот и нос платком или салфеткой.
5. Помещения, где находится ребенок, регулярно проветривайте, проводите чаще влажную уборку.
6. Следите, чтобы ребенок соблюдал постельный режим:
 - ❖ При заболевании увеличивается нагрузка на сердечно – сосудистую, иммунную и другие системы организма.
7. Строго соблюдайте все рекомендации лечащего врача.
8. Обильно поите ребенка чаем, клюквенным или брусничным морсом (если нет аллергии), теплой минеральной водой. Ребенок должен пить часто и как можно больше.



Витаминация

Для профилактики заболеваний рекомендуется



Вакцинация



Влажная уборка помещения



Личная гигиена



Ограничение контактов



Промывание носа солевым раствором

Берегите свое здоровье и своего ребенка!