



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЕКАТЕРИНБУРГА

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение – детский сад  
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому  
развитию воспитанников № 121

МБДОУ – детский сад № 121

---

620085, г. Екатеринбург, ул. Братская, 16а тел/факс (343) 297-20-14

**Газета для родителей**  
**Профилактика ГРИППА**

**Составила воспитатель старшей группы**  
**Романова Наталья Александровна**

**ЕКАТЕРИНБУРГ**

# Профилактика ГРИППА

## Каковы симптомы заболевания?

- жар
- кашель
- боль в горле
- ломота в теле
- головная боль
- озноб и усталость
- изредка - рвота и понос

У детей младшего возраста типичные симптомы могут не проявляться, но у них отмечается затрудненное дыхание и слабая активность.

У детей до 5 лет вероятность развития тяжелого заболевания, в том числе пневмонии, выше, чем у детей старшего возраста.

Как уберечься от инфицирования? В основном вирусы гриппа передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Вирус гриппа может попасть в организм через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. При соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение микробов, вызывающих респираторное заболевание:

научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.

научите детей кашлять и чихать в салфетку или руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.

научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора - два метра.

заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.

воздержитесь от посещения магазинов, кинотеатров или других мест скопления людей в районе





### Что делать, если заболел ребенок?

- оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь. Не отправляйте его в школу или в дошкольное учреждение.
- давайте ребенку много жидкости (сок, воду и др)
- создайте больному ребенку комфортные условия. Крайне важен покой.
- если у ребенка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете дать ему жаропонижающие лекарства, которые пропишет врач с учетом возраста пациента.
- если кто-либо в вашем доме заболел, не допускайте его контакта со здоровыми.
- держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.



Если у вашего ребенка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков, обратитесь за медицинской помощью:

- учащенное или затрудненное дыхание
- синюшность кожных покровов
- отказ от достаточного количества питья
- не пробуждение или отсутствие реакции
- возбужденное состояние
- отсутствие мочеиспускания или слез во время плача
- Симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем.

**Что следует предпринять родителям, чтобы уберечь своих детей и других членов семьи от гриппа**