

## **ГРИПП ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Грипп, вызываемый постоянно изменяющимся вирусом протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, через руки которыми мы прикрываем нос и рот при чихании и кашле.

Большинство людей в мире, инфицированных переболевают гриппом в легкой и в средне-тяжелой форме, однако были отмечаются и тяжелые случаи заболевания, в том числе с летальным исходом.

### **Каковы симптомы заболевания?**

У большинства детей регистрируются следующие симптомы гриппа. В их число входят:

- \* Жар (повышенная температура).
- \* Кашель.
- \* Боль в горле.
- \* Ломота в теле.
- \* Головная боль.
- \* Озноб и усталость.
- \* Изредка - рвота и понос.

### **Особенности течения гриппа у детей.**

У детей младшего возраста типичные симптомы могут 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.

Существует тенденция развития более тяжелой степени гриппа у детей с хроническими заболеваниями.

### **Как уберечься от инфицирования?**

В основном вирусы гриппа передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Вирус гриппа может попасть в организм (в глаза, нос или рот) через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. В настоящий момент вакцины от гриппа существует и ежегодно обновляются, при соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение вирусов, вызывающих респираторные заболевания типа гриппа:

- \* 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 районах, где был зафиксирован грипп.

### **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 и, особенно, с детьми.

\* Держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.

\* Вызовите врача на дом.

Если ваш ребенок имел контакт с больным гриппом, спросите у врача о необходимости приема противовирусных лекарств для предупреждения заболевания.

Если у вашего ребенка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков:

- \* учащенное или затрудненное дыхание;
- \* синюшность кожных покровов;
- \* отказ от достаточного количества питья;
- \* непробуждение или отсутствие реакции на внешние раздражители;
- \* возбужденное состояние;
- \* отсутствие мочеиспускания или слез во время плача;
- \* симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем;

**Немедленно обратитесь за медицинской помощью!!!**

**МУЗ «Центр медицинской профилактики»**