

Профилактика гриппа и ОРВИ в школе

У большинства детей симптомы гриппа проявляются следующим образом:

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

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. При соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение микробов, 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 H1N1.



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

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

Учащенное или затрудненное дыхание

Синюшность кожных покровов

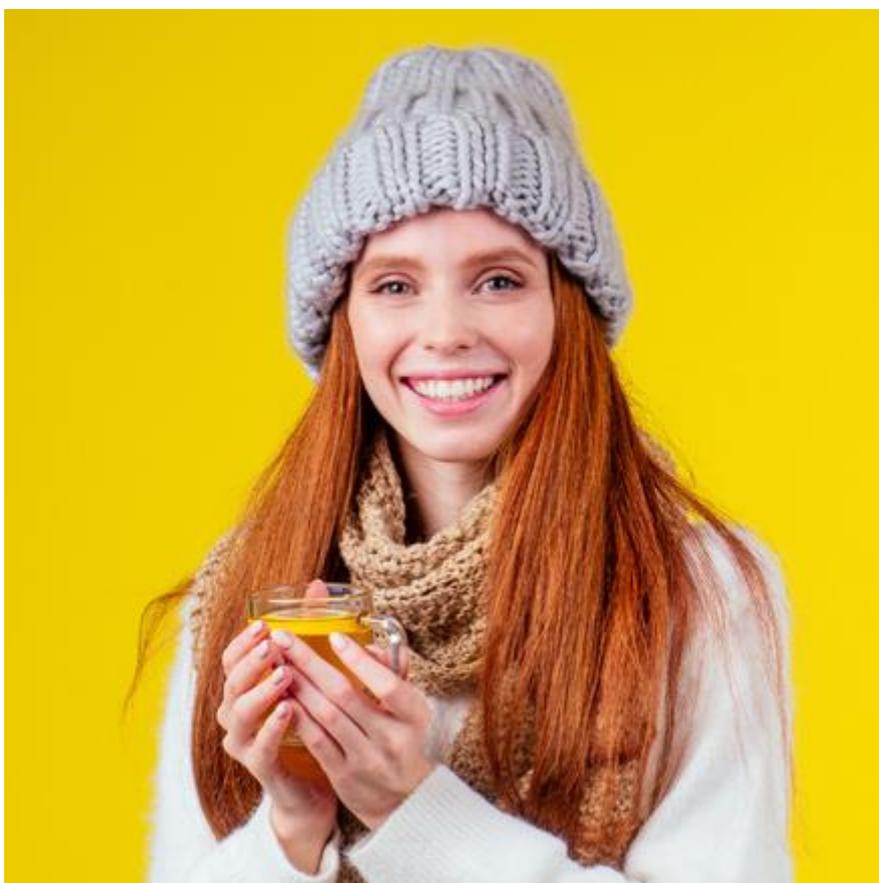
Отказ от достаточного количества питья

Непробуждение или отсутствие реакции

Возбужденное состояние

Отсутствие мочеиспускания или слез во время плача

Симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем.



Многие считают грипп и ОРВИ неопасными заболеваниями и переносят болезнь "на ногах", занимаясь самолечением. Это может привести к развитию осложнений со стороны сердечно-сосудистой системы, ЛОР-органов (синуситы, отиты) и нижних дыхательных путей (пневмонии, бронхиты).

**При появлении первых симптомов заболевания
следует немедленно обратиться к врачу!**

Выбор лечения зависит от поставленного диагноза. Поэтому очень важно правильно определить вид возбудителя инфекции. Ниже мы расскажем Вам об исследовании, необходимом для диагностики гриппа и ОРВИ.