

Рекомендации родителям при заболевании ребенка гриппом или ОРВИ.

- ❖ Соблюдайте гигиену рук. Мойте руки водой с мылом как можно чаще, особенно после кашля или чихания. Эффективными также являются средства для обработки рук на основе спирта.
- ❖ Прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой во время кашля или чихания.
- ❖ Если вы или ваш ребенок переболел, оставайтесь дома в течение, по крайней мере, не менее 24 часов после того, как температура спала или исчезли ее симптомы (и больной при этом не принимал жаропонижающих средств). Для предотвращения распространения вируса заболевший школьник должен оставаться дома.
- ❖ Все члены семьи должны сделать прививку от сезонного гриппа, как только поступит соответствующая вакцина. Если эпидемия гриппа примет более серьезные масштабы, родителям следует принять следующие меры:
- ❖ Продлите время пребывания заболевших детей дома, по крайней мере, на 7 дней - даже если состояние больного улучшится раньше. Тем, кто болеет дольше 7 дней, следует оставаться дома в течение, по крайней мере, не менее 24 часов после полного исчезновения симптомов.
- ❖ В случае заболевания одного из членов семьи все дети школьного возраста должны оставаться дома, по крайней мере, в течение 5 дней с момента заболевания родственника. Родители должны следить за состоянием своего здоровья и здоровья детей школьного возраста, регулярно измеряя температуру и обращая внимание на другие симптомы гриппа.
- ❖ Подумайте, как обеспечить уход за ребенком дома, если он заболел, или если отменят занятия в школе.
- ❖ Будьте готовы следить за состоянием здоровья больного ребенка и других членов семьи: проверять температуру и наличие других симптомов гриппа.
- ❖ Определите, имеются ли в вашем доме дети, которые подвержены повышенному риску осложнений гриппа и обсудите со своим врачом, как вы можете уберечь своих детей от гриппа в предстоящем сезоне. В число детей, подверженных повышенному риску осложнений гриппа, входят дети, страдающие хроническими заболеваниями, такими как астма и диабет.
- ❖ На время лечения выделите отдельную комнату для заболевших членов семьи.
- ❖ Подберите игры, книги, видеодиски и другие вещи, необходимые для развлечения в кругу семьи на случай, если отменят занятия в школе и ребенок будет находиться дома один

Алгоритм

действий учащегося при возникновении подозрения на заболевание гриппом

1. Если у тебя появились следующие симптомы:

- ❖ Быстрое или затрудненное дыхание
- ❖ Жар, боли в горле, ломота в теле.
- ❖ Тяжелая рвота
- ❖ Сонливость
- ❖ Отказ от достаточного количества питья
- ❖ Возбужденное состояние
- ❖ Отсутствие мочеиспускания или слез во время плача

2. Твои действия если ты заболел

- ❖ Оставайся дома
- ❖ Сообщи родителям и классному руководителю
- ❖ Пей много жидкости
- ❖ Соблюдай постельный режим

Профилактика гриппа

- ❖ Прикрывайте рот и нос носовым платком при кашле или чихании
- ❖ Часто мойте руки водой с мылом
- ❖ Не прикасайтесь руками к глазам, носу и рту
- ❖ Не общайтесь с больными людьми и детьми
- ❖ Избегайте многолюдных мест
- ❖ Одевайтесь тепло
- ❖ Используйте маску при посещении многолюдных мест

Рекомендации

для правильного использования маски

- ❖ **Аккуратно надевайте маску так, чтобы она закрывала рот и нос**
- ❖ **При использовании маски старайтесь не прикасаться к ней**
- ❖ **Прикоснувшись к маске, вымойте руки с мылом**
- ❖ **Заменяйте используемую маску на новую чистую, сухую, через каждые 3 часа**
- ❖ **Не следует использовать повторно маски, предназначенные для одноразового использования.**
- ❖ **Выбрасывайте одноразовые маски после каждого использования и утилизируйте их сразу после снятия.**

Алгоритм

действий педагога при возникновении подозрения на заболевание гриппом или ОРВИ

- ❖ **Срочно изолируйте заболевшего ребенка от других детей, сообщите информацию о заболевшем ребенке медицинскому работнику школы и администрации.**
- ❖ **При временном уходе за ребенком с признаками заболевания строго соблюдайте правила санитарно – эпидемиологического режима и правила личной гигиены.**
- ❖ **Сообщите о заболевшем ребенке и детях, находившихся в контакте с заболевшим ребенком родителям (опекунам).**