

Советы старшей медицинской сестры.

Защитим наших малышей от гриппа

1. Одна из возможностей — сделать маленькому прививку. Как показали наши наблюдения, после нее детки болеют реже, а если это все же случается, то они переносят грипп легче и без осложнений.
Единственная причина, по которой ребенку не стоит делать прививку, — аллергия на белок куриного яйца.
Отложить ее на месяц придется в том случае, если малыш заболел какой-нибудь инфекционной болезнью.
Прививки от гриппа обязательно нужны малышам, у которых есть проблемы со здоровьем (болезни бронхов, легких, крови, врожденные или приобретенные пороки сердца и другие серьезные нарушения), потому что такие детки болеют тяжелее и у них чаще появляются осложнения.
2. Хорошо укрепляет иммунитет закаливание. Поговорите с педиатром, он посоветует, какие процедуры подойдут малышу.
3. Чтобы защитные механизмы работали правильно, им нужны витамины и прежде других — А, В, Е, С. Поэтому выберите для маленького поливитаминный комплекс, который соответствовал бы его возрасту.
4. Очень кстати придутся сейчас и средства, которые стимулируют организм малышей вырабатывать собственный защитный интерферон. Например, Анаферон детский (Материя Медика), его можно давать и деткам первых месяцев жизни.
5. Надежной поддержкой малышам в трудные времена межсезонья станут растительные биологически активные вещества адаптогены. Они помогут организму детишек приспособиться к меняющимся внешним условиям. Самые известные из них — экстракты корней элеутерококка, женьшеня, но малышам-дошкольникам можно давать только препараты из аралии, эхинацеи и морских водорослей. Адаптогены действуют долго, их защитные свойства сохраняются еще 2-3 месяца после того, как курс приема препарата закончен.

