Уважаемые родители!

Дети относятся к группе риска по заболеваемости гриппом, и поэтому родители должны научить своего ребенка простым, но эффективным способам защиты от этой коварной инфекции: - соблюдать гигиену рук, а именно мыть руки водой с мылом как можно чаще; - не трогать немытыми руками нос, глаза, рот; - не подходить к больному человеку, ближе, чем на 1-2 метра; - больше находиться на свежем воздухе; - избегать места массового скопления людей (общественный транспорт, кинотеатры, кафе и т.п.)

Если ребенок заболел, то должен остаться дома. Больные дети в детские образовательные учреждения не допускаются! Необходимо как можно скорее вызвать врача или скорую помощь и строго выполнять их рекомендации. Если предлагают госпитализацию, не отказывайтесь! На время лечения на дому следует (по возможности) выделить для ребенка отдельную комнату, индивидуальную посуду и полотенце. Подобрать игры, книги, видеодиски и другие предметы для развлечения. Исключите тесный контакт со здоровыми членами семьи, особенно с детьми. Научите ребенка во время кашля или чихания прикрывать рот и нос бумажной салфеткой (одноразовым носовым платком).

Знайте, что правильнее чихать в сгиб локтя или в плечо, а не в ладони. Необходимо внимательно следить за состоянием здоровья ребенка и при любом ухудшении следует повторно вызвать врача или скорую медицинскую помощь. Возможно начинается осложнение! Ребенок в этом случае госпитализируется в стационар для оказания квалифицированной врачебной помощи.

Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области

Правила поведения больного с симптомами гриппа.

При повышении температуры, ознобе, кашле, болях в горле, рвоте необходимо:

1. Остаться дома (не ходить на работу, учебу, не посещать массовые мероприятия и избегать скопления людей, в том числе в общественном транспорте, магазине).
2. Немедленно вызвать врача на дом из поликлиники или скорую медицинскую помощь.
3. Неукоснительно выполнять предписанные врачом лечение и рекомендации.
4. Строго соблюдать постельный режим.
5. По возможности выделить отдельную комнату, индивидуальное посуду, полотенце.
6. Правильно чихать - не в ладони, а в сгиб локтя или в одноразовые носовые платки, чтобы вирус не попадал на окружающие предметы, с которыми контактируют члены семьи.
7. Попросить окружающих пользоваться масками и чаще мыть руки с мылом.
8. Тщательно проветривать и производить влажную уборку комнаты (не реже 4-5 раз в день).
9. При ухудшении состояния (повышение температуры, появление затрудненного дыхания, боли в груди, головокружение, судороги, непроизвольное мочеиспускание или рвота) немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.
10. Если врач настаивает на Вашей госпитализации, не отказывайтесь! Только в стационаре Вы можете получить своевременно квалифицированную медицинскую помощь.
11. Не спешите на работу и учебу. После перенесенного гриппа сохраняется слабость и возможны осложнения.

Помните:

Не занимайтесь самолечением! Обращайтесь к врачу своевременно!
Не отказывайтесь от госпитализации!

Не пренебрегайте собственным здоровьем!
Грипп коварен
и может вызвать серьезные осложнения уже с первых дней болезни!

Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области