

Обережно грип! Пам'ятка для батьків



Грип – це високозаразне вірусне захворювання з можливістю тяжких ускладнень та ризиком смерті. Він дуже легко передається від людини до людини повітряно–крапельним шляхом, коли хвора людина кашляє, чхає чи просто розмовляє. У зоні зараження перебувають усі в радіусі 2 метрів навколо хворого. Хвора людина, навіть із легкою формою грипу, становить небезпеку для оточуючих протягом усього періоду прояву симптомів – це, в середньому, 7 днів.

Що повинні робити батьки, щоб попередити зараження грипом дітей:

- особистим прикладом виховувати у дітей дотримання правил особистої гігієни та ретельно їх виконувати;
- обмежувати перебування дітей у місцях масового скупчення людей;
- при перших ознаках захворювання вдома носити двошарову марлеву пов'язку або разову маску, міняти її кожні 4 години;
- регулярно мити руки з милом;
- споживати харчові продукти з високим вмістом вітамінів, або вітаміни та інші препарати, що підвищують захисні сили організму;
- якщо немає алергічних проявів, давати мед та інші продукти бджільництва, цибулю, часник, чорну редьку, хрін, трав'яні чаї;
- прикривати ніс і рот при чханні або кашлі одноразовою носовою серветкою, яку відразу ж після використання потрібно викидати;
- змазувати слизові оболонки носа 0,25% оксоліновою маззю або олійним настоєм часнику з цибулею

Які ознаки захворювання у дитини повинні примусити батьків негайно звернутися за медичною допомогою:

- скарги на сильний головний біль;
- прискорене або ускладнене дихання;
- синюшність навколо рота, інших шкірних покривів;
- поява на тілі крововиливів (навіть дуже маленьких), носової кровотечі;
- висока температура тіла;
- відмова від пиття;
- важко розбудити дитину, відсутня її реакція на звернення;
- надмірне збудження або поява судом;
- поява блювання, часті рідкі випорожнення;
- відсутність сечовипускання або сліз під час плачу

Що робити, якщо дитина захворіла на грип:

- залишити вдома;
- покласти в ліжку і негайно викликати лікаря;
- розташувати в окремій кімнаті або огородити ширмою;
- виділити індивідуальний посуд, рушник, предмети особистої гігієни;
- одягнути двошарову марлеву пов'язку або разову маску;
- мити руки з милом після кожного контакту з хворою дитиною;
- провітрювати приміщення декілька разів на добу;
- робити вологе прибирання приміщень оселі з використанням дезінфікуючих засобів;
- давати хворій дитині пити багато рідини до приходу лікаря (сік, негазована вода, морс, компот тощо). Їжа повинна бути легкою і нежирною. Примушувати їсти хворого не потрібно.

Важливо знати, що грип не лікується за допомогою антибіотиків, гомеопатичних препаратів, імуностимуляторів, імуномодуляторів, народних засобів. На грип діють тільки препарати з доведеною активністю проти вірусу грипу.

*Теліга Т.І., методист
НМЦ ЦЗ та БЖД Черкаської області*