



ЕСЛИ У РЕБЕНКА ОРВИ НЕЛЬЗЯ

1

- ✓ вести ребенка в детский сад;
- ✓ посещать массовые зрелищные мероприятия;
- ✓ посещать общественные места и ходить в гости.



2

- ✓ держать больного в душном помещении или подвергать к воздействию сквозняков;

3

- ✓ продолжать проводить закаливающие процедуры (обливание, контрастный душ, плавание в бассейне, босохождение и прочее)



4

- ✓ проводить самолечение при гриппе. Без назначения врача применять в лечении ребенка антибиотики.



5

- ✓ пользоваться многоразовыми носовыми платками. Может произойти повторное инфицирование организма

6

- ✓ ограничивать ребенка в питье;

7

- ✓ принудительно кормить больного. В то время как организм борется с болезнью, многие дети отказываются от приема пищи – это вполне нормально. Из рациона следует исключить острую (кетчуп) и охлажденную пищу.





ЕСЛИ У РЕБЕНКА ОРВИ

НАДО

1

- ✓ для заболевшего выделить отдельную комнату;
- ✓ проводить там каждый день влажную уборку;
- ✓ обеспечить больному постельный режим;



2

- ✓ регулярно проветривать помещение. Открывая форточку, лучше прикрыть голову ребенка легким покрывалом, а тело – более теплой одеждой.

3

- ✓ больного следует тепло укрыть, по мере необходимости (в случае потливости) менять постельное и нательное белье.



4

- ✓ по согласованию с врачом закапывать в нос **интерферон** по 2-3 капли ежедневно, применять иммуностимулирующую и противовирусную терапию (**арбидол, ремантадин**). Дополнительно необходимо принимать **аскорбиновую кислоту и поливитамины**.

5

- ✓ давать обильное теплое питье, с малиной, медом, липовым цветом (если нет аллергии на эти продукты), а также теплое молоко с щелочной минеральной водой с целью уменьшения першения в горле.



6

- ✓ проводить регулярный туалет носа – мыть дважды в день передних отделов носа с мылом. Это удаляет микробы, попавшие в полость носа с вдыхаемым воздухом.

7

- ✓ использовать молочно-растительную диету, богатую витаминами.



НЕ БОЛЕЙ, МАЛЫШ!

ПРЕДОТВРАТИТЬ ЗАБОЛЕВАНИЕ **ОРВИ** – **ПЕРВООЧЕРЕДНАЯ ЗАБОТА РОДИТЕЛЕЙ!**

Вы знаете, что:

- ✓ острые респираторные вирусные инфекции – наиболее частые причины заболевания у детей, при которых поражаются органы дыхания, поэтому они и называются респираторными;
- ✓ источником инфекции являются больные и носители вируса;
- ✓ передается заболевание воздушно-капельным путем, однако заразиться можно и через предметы и вещи, находящиеся в пользовании больного, например через полотенца и носовые платки.

Доступная профилактика ОРВИ

- ✓ правильная организация **режима** дня ребенка – это основа здоровья растущего организма;
- ✓ достаточное и разнообразное **питание** обеспечивает потребность в витаминах и микроэлементах;
- ✓ здоровая **воздушная среда** в доме – проветривание помещений и влажные уборки.

Противовирусные средства

- ✓ **оксолиновая мазь** - необходимо смазывать слизистую оболочку носа перед выходом из дома;
- ✓ **народные средства профилактики** – чеснок и лук;
- ✓ **витамин С** – содержится в шиповнике, клюкве, черной смородине, бруснике, жимолости, малине и цитрусовых.

**При первых симптомах заболевания необходимо
вызвать врача и не заниматься самолечением.
Будьте здоровы!**