ГРИПП

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Грипп, вызываемый постоянно изменяющимся вирусом протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, через руки которыми мы прикрываем нос и рот при чихании и кашле.

Большинство людей в мире, инфицированных переболевают гриппом в легкой и в средне-тяжелой форме, однако были отмечаются и тяжелые случаи заболевания, в том числе с летальным исходом.

**Каковы** **симптомы заболевания**?
У большинства детей регистрируются следующие симптомы гриппа. В их число входят:
    \* Жар (повышенная температура).
    \* Кашель.
    \* Боль в горле.
    \* Ломота в теле.
    \* Головная боль.
    \* Озноб и усталость.
    \* Изредка - рвота и понос.

**Особенности течения гриппа у детей.**
У детей младшего возраста типичные симптомы могут проявляться, но у них отмечается затрудненное дыхание и слабая активность.

У детей до 5 лет вероятность развития тяжелого заболевания, в том числе пневмонии, выше, чем у детей старшего возраста.

Существует тенденция развития более тяжелой степени гриппа у детей с хроническими заболеваниями.

**Как уберечься от инфицирования?**
В основном вирусы гриппа передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Вирус гриппа может попасть в организм (в глаза, нос или рот) через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. В настоящий момент вакцины от гриппа существует и ежегодно обновляются, при соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение вирусов, вызывающих респираторные заболевания типа гриппа:

    \* Научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
    \* Научите детей кашлять и чихать в салфетку или руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
    \* Научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора – два метра.
    \* Заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.
    \* Воздержитесь от посещения магазинов, кинотеатров или других мест скопления людей в районах, где был зафиксирован грипп.

**Что делать, если заболел ребенок?**
    \* Оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь. Не отправляйте его в школу или в дошкольное учреждение.
    \* Давайте ребенку много жидкости (сок, воду и др.).
    \* Создайте больному ребенку комфортные условия. Крайне важен покой.
    \* Если у ребенка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете дать ему жаропонижающие лекарства, которые пропишет врач с учетом возраста пациента.
    \* Если кто-либо в вашем доме заболел, не допускайте его контакта со здоровыми и, особенно, с детьми.
    \* Держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.
 \* Вызовите врача на дом.
Если ваш ребенок имел контакт с больным гриппом , спросите у врача о необходимости приема антивирусных лекарств для предупреждения заболевания.

Если у вашего ребенка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков:
    \* учащенное или затрудненное дыхание;
    \* синюшность кожных покровов;
    \* отказ от достаточного количества питья;
    \* непробуждение или отсутствие реакции на внешние раздражители;
    \* возбужденное состояние;
    \* отсутствие мочеиспускания или слез во время плача;
    \* симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем;

**Немедленно обратитесь за медицинской помощью!!!**