

Консультация для родителей «Осторожно грипп!»

Ежегодно вирусы гриппа вызывают эпидемии, продолжающиеся 3-6 недель.

Грипп – это острое инфекционное заболевание, характеризующееся поражением слизистой дыхательных путей и явлениями высокой интоксикации.

Заболевание начинается внезапно. Появляется озноб, температура тела быстро поднимается. Больной жалуется на ломоту в теле, разбитость, заложенность носа, слезотечение, першение в горле, вялость, сонливость, головокружение. Через 2-3 дня появляются серозно-гнойные выделения из носа. У большинства больных наблюдается кашель. Если грипп протекает без осложнений, то острый период болезни продолжается 3-5 дней, и окончательное выздоровление наступает в течение 5-10 дней.

Пути передачи:

Больной гриппом человек с первых часов заболевания является источником инфекции. Вирусоносительство может оставаться и после выздоровления: до 5-7, а иногда и до 10 дней с момента заболевания. Воздушно-капельный путь передачи инфекции: при кашле, чихании, разговоре из носоглотки больного или вирусоносителя выбрасываются частицы слюны, слизи, мокроты с болезнетворной микрофлорой, в том числе с вирусами гриппа. Через предметы обихода: полотенца, носовые платки, посуду и т.п.

Основными симптомами являются:

- появление озноба; внезапное резкое повышение температуры тела;
- общее недомогание; боль в мышцах; головная боль; вялость или возбуждение;
- покрасневшие глаза и лицо; сухое навязчивое покашливание;
- заложенность носа с незначительными выделениями.

Лечение гриппа:

Лечение осуществляется в домашних условиях. Госпитализации подлежат больные с тяжелым течением болезни и осложнениями, а также страдающие хроническими заболеваниями.

Больные должны соблюдать постельный режим в течение всего лихорадочного периода во избежание осложнений, желательно им выделить изолированное помещение. Выполнять неукоснительно все рекомендации врача, своевременно принимать выписанные лекарства. Проводить симптоматическую терапию при легкой и средней формах болезни – жаропонижающие, снотворные, откашливающие средства, капли в нос, полоскание ротоглотки отваром трав и т.д. Удлинить дневной и ночной сон больного. Полноценное питание, богатое витаминами. Во время высокой температуры желательно преобладание молочно-углеводной пищи. Обильное теплое питье с малиной, медом, отваром цветов липы, а также теплое молоко со щелочной минеральной водой или пищевой содой с целью уменьшения першения в горле.

Меры профилактики и защиты:

Вакцинация – должна проводиться за полтора-два месяца до начала предполагаемой эпидемии гриппа. Неспецифическая профилактика заболевания гриппом. Для сезонной профилактики характерен прием лекарственных препаратов, повышающих сопротивляемость организма к инфекции за месяц до начала сезонного подъема заболеваемости гриппом и на протяжении всей эпидемии, т.е. в течение 4-6 недель. Самостоятельный прием препаратов для

экстренной и сезонной профилактики недопустим. Он назначается только лечащим врачом с учетом индивидуальных особенностей организма пациента.

Как уберечься от инфицирования?

При соблюдении некоторых мер, в том числе личной гигиены, можно предупредить распространение микробов, вызывающих респираторное заболевание: - научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд.

- научите детей кашлять и чихать в салфетку или руку.
- научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора -два метра.
- заболевшие дети должны оставаться дома пока их состояние не улучшится.
- воздержитесь от посещения магазинов, кинотеатров и др.

Что делать, если заболел ребенок?

Оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь. Давайте ребенку много жидкости (сок, воду и др); создайте больному ребенку комфортные условия. 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.

Если у вашего ребенка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков, обратитесь за медицинской помощью:

учащенное или затрудненное дыхание; синюшность кожных покровов; отказ от достаточного количества питья; не пробуждение или отсутствие реакции; возбужденное состояние; отсутствие мочеиспускания или слез во время плача
симптомы проходят, но потом возвращаются с жаром и сильным кашлем.

ПЯТЬ ШАГОВ ПРОТИВ ГРИППА.

1. Соблюдайте правила гигиены. Не пренебрегайте правилами личной гигиены. Следите за чистотой одежды и постельного белья. Регулярно убирайте и проветривайте помещения.
2. Ведите здоровый образ жизни. Откажитесь от вредных привычек, ведите подвижный образ жизни, придерживайтесь режима правильного питания, рационально планируйте свое время, чередуя работу и отдых.
3. Укрепляйте ваш иммунитет. Регулярно занимайтесь спортом, выберите индивидуальную схему закаливания. Следите, чтобы в ваш ежедневный рацион входили продукты, богатые витаминами, минеральными веществами, аминокислотами.
4. Принимайте меры профилактики. В случае возникновения угрозы эпидемии пройдите курс профилактики специальными лекарственными средствами или сделайте прививку.
5. Осторожно грипп. В случае недомогания обращайтесь к врачу. Исключите посещение работы и контакты с другими людьми.



Воспитатель: Тычинская Ю.В. декабрь 2021г.