

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 H1N1 не существует, но при соблюдении некоторых мер личной гигиены, можно предупредить распространение заболевания:

- 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 или чихать в салфетку или руку, которую соответственно после нужно ополоснуть или вытереть влажной салфеткой.
- Научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора-два метра.
- Заболевшие дети должны остаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.
- Воздерживайтесь от чрезмерного посещения мест массового скопления людей (магазинов, кинотеатров, и т.д.)

Что делать если ребенок заболел?

- Оставьте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь.
- Сразу вызывайте врача на дом.
- Давайте ребенку много жидкости (соки, воду, и т.п.)
- Создайте больному ребенку комфортные условия. Крайне важен покой.
- Давайте ребенку те лекарства, которые пропишет врач.
- Держите салфетки и мусорную корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.
- Не допускайте контакта больного ребенка со здоровыми членами семьи.

Будьте здоровы!