

Родителям на заметку. Опасность заражения детей гриппом и ОРВИ в весенний период

Прихода весны большинство людей ждет с нетерпением. Весна ассоциируется с чем-то новым и светлым, периодом, когда наступает обновление. Однако весной есть свои опасности, о которых важно знать. И прежде всего – это усиление активности патогенных микроорганизмов, и, как следствие, повышение заболеваемости ОРВИ и гриппом среди детей.

Зимой под влиянием низких температур болезнетворные бактерии находятся «в спячке», но когда температура за окном начинает повышаться, то вирусы возобновляют свою деятельность. Оптимальная температура для распространения гриппа и ОРВИ составляет от -3°C до $+3^{\circ}\text{C}$, поэтому в период оттепели заражение происходит быстрее. Усугубляется положение весенним авитаминозом.

Грипп не прощает легкомысленного к себе отношения

Грипп - это инфекционное заболевание, заболеть которым может любой человек. Ошибочно полагать, что грипп мало, чем отличается от обычной простуды. Возбудителем гриппа является вирус, который от инфицированных людей попадает в носоглотку окружающих. В группе риска дети младшего возраста, дошкольники и ученики начальной школы.

Большинство людей болеют гриппом всего лишь несколько дней, но некоторые заболевают серьезнее, возможно тяжёлое течение болезни, вплоть до смертельных исходов. Поэтому родителям надо быть особенно внимательным к детям, и при первых симптомах заболевания обращаться за медицинской помощью.

Симптомы гриппа:

- повышение температуры тела до 39°C ;
- головная боль;
- ломота в суставах и мышцах;
- ребенок становится вялым, капризным;
- озноб;
- заложенность носа или насморк;
- боль в горле.

Грипп можно перепутать с другими заболеваниями, поэтому чёткий диагноз должен поставить врач, он же назначает лекарственные препараты. Заниматься самолечением нельзя.

При гриппе обостряются имеющиеся хронические заболевания, кроме этого, грипп имеет обширный список возможных осложнений: пневмония,

бронхит; отит, синусит, ринит, трахеит; миокардит, перикардит; менингит, менингоэнцефалит, энцефалит, невралгии, полирадикулоневриты.

Важно!

Специалисты Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека (Роспотребнадзор) призывают родителей ни в коем случае не отправлять заболевших детей в детский сад, школу, на культурно-массовые мероприятия. При гриппе крайне важно соблюдать постельный режим, так как при заболевании увеличивается нагрузка на сердечно-сосудистую, иммунную и другие системы организма.

Профилактика

Полностью уберечь ребенка от гриппа и ОРВИ весной невозможно, но можно уменьшить вероятность заражения. Служба Уполномоченного по правам ребенка в Ивановской области приводит некоторые правила профилактики простудных и вирусных заболеваний у детей:

- сократить время пребывания ребенка в местах массового скопления людей;
- пользоваться специальными детскими медицинскими масками;
- по возможности ограничить контакты ребенка с заболевшими;
- чаще мыть руки с мылом;
- по возвращении домой промывать полость носа ребенку специальными лекарственными средствами;
- регулярно проветривать помещение, в котором находится ребенок, и делать влажную уборку;
- соблюдать режим сна и бодрствования ребенка, следить, чтобы ребенок не перенапрягался и не уставал;
- увеличить в рационе ребенка количество продуктов, богатых витамином С (если нет медицинских противопоказаний).