

Уважаемые родители!

В городе Нижнем Новгороде отмечается эпидемический рост заболеваемости ОРВИ и гриппом.

Дети относятся к группе риска по заболеваемости гриппом, и поэтому родители должны **научить своего ребенка простым, но эффективным способам защиты** от этой инфекции:

- соблюдать гигиену рук - мыть руки с мылом как можно чаще;
- не трогать невымытыми руками нос, глаза, рот;
- не подходить к больному человеку, ближе, чем на 1-2 метра;
- носить одноразовую маску в общественных местах с соблюдением требований по ее использованию.

Кроме этого, следует, как можно больше времени, проводить ребенку **на свежем воздухе и не посещать места массового скопления людей** (театры, кинотеатры, кафе и т.п.).

Если ребенок заболел, то должен остаться дома. **Больные дети в детские образовательные учреждения не допускаются!**

Необходимо как можно скорее вызвать врача или скорую помощь на дом и строго выполнять их рекомендации.

На время лечения на дому следует (по возможности) выделить для ребенка отдельную комнату, индивидуальную посуду и полотенце. Подобрать игры, книги, видеодиски и другие предметы для развлечения. Исключить тесный контакт со здоровыми членами семьи, особенно с детьми, показать как правильно чихать (в сгиб локтя или в плечо, а не в ладони) и кашлять (в одноразовый носовой платок).

Необходимо внимательно следить за состоянием здоровья ребенка и при любом ухудшении следует повторно вызвать врача или скорую медицинскую помощь. **Возможно начинается осложнение!**

Не стоит, если на этом настаивает врач, отказываться от госпитализации!

Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области