

ПАМЯТКА

Коронавирус и родители: как обезопасить своих детей?

Родители беспокоятся, когда дети заболевают простудой или ОРВИ. Но что делать, если в мире появился новый вирус, который намного опаснее гриппа? Важно с серьезностью отнестись к здоровью своего малыша. Соблюдать все необходимые меры безопасности. Хотя и на сегодняшний день подтвержденных случаев смерти детей от коронавируса не было.

У нового вируса так же, как и у других болезней, есть свои симптомы. Вот все, что необходимо знать родителям о коронавирусе:

1. Все симптомы появляются внезапно. Это самое основное отличие нового вируса от простуды или ОРВИ.

2. Повышается температура тела. Она была выявлена у 90% заразившихся. Обычно температура варьируется от 37,5 градусов до 39.

3. Начинается сухой кашель с отхождением мокроты.

4. Ребенок очень ослаблен, ему трудно встать с кровати.

5. В 10% случаев у зараженных наблюдалась тошнота и диарея.

Какие меры безопасности соблюдать – памятка для родителей

1. Соблюдать гигиену: мытье рук, влажная уборка в доме с дезинфицирующими средствами.

2. Тщательно следить за состоянием ребенка. Несколько раз в день мерять температуру. При подозрениях на простуду или ОРВИ вызывать врача на дом.

3. Давать ребенку свежие овощи и фрукты, богатые витаминами.

4. Избегать мест большого скопления людей. По возможности оставаться дома с малышом и не выходить без острой надобности.

5. Чаще проветривать помещение.

6. Каждый член семьи должен использовать индивидуальные средства гигиены.

7. Не включать новостные каналы, если малыш находится рядом.

8. Разговаривать с ребенком о коронавирусе. Рассказывать обо всех мерах профилактики. Но, ни в коем случае не пугать его.

Как обезопасить ребенка в детском саду

В детских садах сегодня открыты дежурные группы. Это рассчитано на тех родителей, которым не с кем оставить малыша. Но как обезопасить свое чадо, если он каждый день контактирует со множеством других детей?

- Разговаривать с ребенком о правилах гигиены. В детском саду необходимо регулярно мыть руки.

- Проследить, чтобы у малыша было индивидуальное полотенце.

- Следить, чтобы ребенок чаще употреблял в пищу продукты, богатые витаминами.

- Не посещать детский сад при наличии симптомов гриппа или ОРВИ. Если вы заметили, что у других детей есть такие симптомы – также оставить ребенка дома на несколько дней.

Важно! Регулярно и деликатно общайтесь со своим ребенком, узнавайте, как у него дела, не беспокоит ли что-то?

Как объяснить ребенку, что такое коронавирус?

Очень важно не допускать того, чтобы дети чувствовали беспокойство. Расскажите о происходящем спокойно. Опирайтесь на возрастные особенности малыша. Не врите – будьте честны со своим чадом. Скажите, что этот вирус похож на простуду. Обязательно поясните, что в стране делается все необходимое, чтобы мы скорее выздоровели. А также расскажите о правилах гигиены, и почему так важно их соблюдать.

Помните, что родителям про коронавирус необходимо знать все. Это нужно, чтобы обезопасить своих детей. Соблюдайте профилактические меры и болезнь вас не настигнет. Будьте здоровы!