

ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА В ДЕТСКОМ САДУ

Профилактика гриппа в детском саду включает меры по предотвращению распространения вируса и укреплению иммунитета детей.

По статистике, дети болеют гриппом в 5 раз чаще, чем взрослые. Детский иммунитет еще незрелый, поэтому более восприимчив к вирусам. Кроме того, болезнь нередко протекает тяжело. Есть высокий риск развития осложнений со стороны бронхов и легких.

Мероприятия по профилактике должны проводиться как непосредственно в садике, так и дома.

ЧТО МОЖЕТ СДЕЛАТЬ ПЕРСОНАЛ ДЕТСКОГО САДА?

Основное условие в период эпидемии гриппа (и не только) – чистота и гигиена. Заболевший ребенок может принести вирусы в группу еще до того, как у него ярко проявятся симптомы. Вирус будет размножаться в душном помещении, оседать на поверхностях окружающих предметов. Чтобы снизить риск заражения, спальные и игровые комнаты нужно регулярно проветривать, а игрушки, стульчики, столы и рабочие поверхности – мыть или обрабатывать.

Комнаты в детском саду проветриваются утром, до прихода детей, а также во время прогулок и перед сном. Температура в помещениях должна быть в пределах 18-20 °С. Ежедневно проводится мытье полов с дезинфицирующими средствами.

Если в группу пришел ребенок с признаками ОРВИ, нужно показать его медсестре. По возможности, ограничьте его общение с другими детьми до прихода родителей. Разумеется, воспитателям и другому персоналу садика недопустимо приходить на работу с симптомами ОРВИ.

Важная мера профилактики гриппа в детском саду – частое мытье рук. Вирусы попадают на ладошки малышей, а из-за привычки трогать лицо и класть пальцы в рот инфекция быстро проникает в детский организм. Воспитателям и родителям нужно следить, чтобы дети мыли руки чаще, особенно после улицы и перед едой.

Для укрепления иммунитета дети должны ежедневно при любой погоде (кроме дней сильных морозов) выходить на прогулки, выполнять физические упражнения. Важно,

чтобы питание в саду было разнообразным, богатым витамином С. На сопротивляемость детского организма инфекциям влияет психологическое состояние ребенка. Детские страхи и стрессы делают его уязвимым к гриппу и простуде.

В разгар эпидемии в помещениях детсада можно расставить блюдца, на которые положить мелко нарезанные лук и чеснок. Считается, что соединения, которые они выделяют, дезинфицируют верхние дыхательные пути.

В период эпидемии [гриппа и ОРВИ](#) необходимо, чтобы дети ежедневно проходили медосмотр, перед тем как попадут в группу. Это поможет вовремя заметить больного ребенка и оградить его от других.