

ПАМЯТКА родителям по профилактике новой коронавирусной инфекции COVID-19

Как защитить ребенка от коронавируса.

Обучите ребенка личной гигиене:

- *научите ребенка правильно закрывать рот и нос во время кашля и чихания;
- *объясните, как нужно правильно мыть руки и лицо;
- *обеспечьте ребенка масками;
- *перед вынужденным выходом из дома объясните ребенку, что нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.

Проверяйте мытье рук *следите, чтобы ребенок мыл руки с мылом регулярно: после каждого выхода на улицу, посещения туалета, и даже после кашля или чихания.

Болейте дома *при первых, даже слабых, признаках болезни (кашель, насморк, температура) оставляйте ребенка дома. Так выше шанс перенести болезнь в легкой форме и не допустить распространения вируса. Родители также должны соблюдать правила личной гигиены, что послужит хорошим примером для детей.

Рекомендации родителям по профилактике коронавирусной инфекции

*Для снижения риска инфицирования коронавирусом необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.

*При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.

*Гулять с детьми желательно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.

*Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих. Придерживаться расстояния между людьми 1.5-2 м.

*Перед выходом из дома ребенку нужно объяснить, что нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.

*После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос.

*Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.

В настоящее время идет постепенное снижение количества вновь заболевших, тем не менее цифры остаются достаточно высокие, поэтому необходимо соблюдать меры, предотвращающие заражение, в том числе и для детей. В жаркую и теплую погоду невозможно обойтись без прогулок. Выходить на улицу детям необходимо, но при этом нужно объяснить, какие правила они должны соблюдать.

1. По возможности сохранять социальную дистанцию, желательно не менее 2 метров. Если ребенок не может ее соблюдать, то нужно постараться обеспечить прогулку там, где нет такого тесного общения.

2. Важно объяснить детям, что ни в коем случае нельзя дотрагиваться до лица, брать пальцы в рот, трогать нос, тереть глаза, потому что все это дополнительные факторы распространения инфекции.

3. Приучайте детей с самого раннего возраста к соблюдению правил личной гигиены. Воспитывайте любовь к чистоте личным примером. Чаше мойте руки с мылом, покажите детям, как это правильно делать. Всегда мойте руки после прогулок с ребенком, игр, перед едой и после посещения туалета. Объясните детям, что грязные руки могут стать источником инфекции или болезни.

4. Дети контактируют с окружающим миром не только руками, но и другими открытыми участками кожи. Их тоже необходимо своевременно продезинфицировать после тренажеров, катания на горках и т.д., а по возвращении домой рекомендуется не просто вымыть лицо и руки с мылом, но и принять душ.

Согласно санитарным и эпидемиологическим требованиям дезинфекция детских площадок проводится регулярно, в отсутствие детей.

Конечно, играть на таких обработанных дезинфицирующими средствами площадках безопаснее, тем не менее, уровень безопасности зависит от количества детей, которые находятся там одновременно.

Как правильно гулять, когда риски сохраняются

Необходимо соблюдать социальную дистанцию, по возможности, носить маски и перчатки, особенно там, где гуляет много людей. При длительной прогулке необходимо периодически обрабатывать руки дезинфицирующими средствами, особенно, после того, как посидели на лавочке, попользовались тренажерами, дети покатались с горки.

Стоит ли брать детей с собой в магазин или общественные места

Идти с ребенком в магазин или другие общественные места – это создавать ситуацию дополнительного риска инфицирования. Детей лучше оставить дома, в крайнем случае, под присмотром на детской площадке.

Нужно ли детям носить маску

Надеть на маленького ребенка маску непросто, поэтому для детей в возрасте до 7 лет основная рекомендация – это сохранение социальной дистанции.

Дети старшего возраста, подростки маски должны носить обязательно.

При этом мы понимаем, что при активных движениях, занятиях спортом, особенно в жаркую погоду, маска быстро увлажняется. В такой маске тяжело дышать, и она как защищающее средство перестает работать.

Поэтому всем детям независимо от возраста необходимо подальше держаться от тех, кто является возможным носителем инфекции, соблюдать дистанцию и применять дезинфицирующие средства, если дотронулись до каких-либо поверхностей.

Болеют ли дети коронавирусом

Дети тоже болеют коронавирусной инфекцией, хотя, в целом, по статистике, заболевших среди них меньше. Дети гораздо легче переносят коронавирусную инфекцию, среди них много бессимптомного носительства и стертых форм заболевания. Поэтому у многих детей коронавирусная инфекция не диагностируется, несмотря на то, что возбудитель присутствует. Такие дети оказываются источником инфекции гораздо чаще, чем взрослые, которые болеют с ярко выраженной симптоматикой.