

**Памятка
для родителей по профилактике инфекционных заболеваний
Болезнь легче предупредить, чем лечить.**

Для возникновения любой инфекции в семье или детском коллективе необходимо создать условия из 3-х предвестников: иметь контакт здорового восприимчивого человека через окружающие факторы среды обитания (воздух, вода, почва, продукты питания, окружающие предметы) с инфекционным больным или носителем инфекционного агента (бактерионоситель). Если нарушить эту связь, то заражение не произойдет, и инфекция не распространится среди членов семьи, а также в любом организованном детском коллективе.

Для этого необходимо:

Инфекционного больного изолировать на дому или в инфекционной больнице. Ограничить контакт с больным других членов семьи, пользоваться средствами защиты при уходе за больным (маски, перчатки, дезинфицирующие средства). После обслуживания больного тщательно мыть руки с использованием антисептиков.

Больной с температурой, жалобами на головную боль, кашель, боли в животе, рвоту, понос, зуд, сыпь на теле – не должен идти на работу, в школу и места скопления людей. Необходимо обратиться за медицинской помощью к врачу и выполнять все его рекомендации. Бактерионоситель должен строго выполнять правила личной гигиены и своевременно проходить профилактическое лечение.

Профилактика вредного воздействия факторов среды обитания:

Воздух. Постоянно соблюдайте режим проветривания. В детских дошкольных учреждениях, жилых домах проводите кварцевание воздуха в отсутствие детей в период эпидемиологического неблагополучия по заболеваемости острыми респираторными инфекциями и гриппом, ветряной оспой и другими вирусными инфекциями.

Ограничивайте посещение массовых мероприятий в закрытых помещениях (цирк, кинотеатр, дискотека). Держитесь на расстоянии не менее 1 метра от больного с явными признаками инфекции.

Почва. Соблюдайте правила личной гигиены. Постоянно мойте руки после работы, игр на улице, после посещения туалета, перед приемом пищи.

Это золотое правило профилактики острых кишечных инфекций, вирусных инфекций, паразитарных и заразных кожных заболеваний (чесотки и микроспории).

Вода. Для питья пригодна вода только из проверенных источников. Вода из открытых водоемов, родников и не редко из колодцев не соответствует требованиям санитарного законодательства и не пригодна для питья. В случае аварии на водопроводе или эпидемиологическом неблагополучии (рост кишечных заболеваний) рекомендуется употреблять бутилированную воду.

Продукты питания. Строго соблюдайте правила хранения и сроки реализации продуктов. При покупке продуктов требуйте сертификаты качества. Не приобретайте продукты в местах несанкционированной торговли.

Окружающие предметы - игрушки, дверные ручки, лестничные перила, деньги, мобильные телефоны, домашние животные и птицы могут быть факторами передачи инфекций. После контакта с ними необходимо тщательно мыть руки с мылом. Домашние животные и птицы должны регулярно, не реже 1 раза в год, осматриваться ветеринарными специалистами.

Не трогайте голыми руками бродячих животных, больных и мертвых животных и птиц.

Профилактика здоровья и поддержание иммунитета против инфекций.

Соблюдайте здоровый образ жизни - полноценно питайтесь; соблюдайте режим труда и отдыха; покажите личный пример отказа от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики); избегайте стрессовых ситуаций; активно занимайтесь физкультурой и спортом.

Памятка для родителей

о мерах по обеспечению безопасности детей во время летних каникул

С началом летних каникул у Ваших детей увеличивается количество свободного времени, которое они часто проводят без должного контроля со стороны взрослых, что может привести к угрозе жизни и здоровья детей, совершению правонарушений.

Чтобы дети хорошо отдохнули, поправили свое здоровье, не совершили противоправных действий, родителям рекомендуется:

- провести с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь;
- решить проблему свободного времени ребенка. Помните, что в ночное время (с 23.00 до 07.00 часов) детям и подросткам законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых;
- постоянно быть в курсе, где и с кем находится Ваш ребенок, контролировать место его пребывания;
- убедить детей, что вне зависимости от того, что произошло, Вы должны знать о происшествии с ребенком. Объяснить детям, что некоторые факты никогда нельзя скрывать от взрослых, даже если они обещали хранить их в секрете;
- объяснить, что нужно купаться только в отведенных для купания местах;
- изучить с детьми правила дорожного движения, езды на велосипедах, квадроциклах, скутерах, мопедах, мотоциклах. Не забывать, что детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогах, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом, квадроциклом).
- обратить внимание на возможные случаи возникновения пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: детская шалость; непотушенные костры, не затушенные окурки, поджог травы;
- регулярно напоминать детям о правилах поведения.

Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых.

Пожалуйста, сделайте все, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, а отдых не был омрачен.