

Какие меры профилактики соблюдать, чтобы не заболеть гриппом или ОРВИ

Тщательно мыть руки с мылом, когда вернулись домой, перед едой, после туалета, игры с животными, следить, чтобы ребенок мыл руки.

Не посещать с детьми массовые мероприятия в помещениях, воздерживаться от поездок в общественном транспорте.

Не снимать варежки или перчатки в общественном транспорте и не трогать лицо.

Защищать медицинскими масками органы дыхания в общественном транспорте.

Воздержаться от встреч с родственниками и друзьями, если кто-то из них болен ОРВИ. При необходимости такой встречи защищать органы дыхания медицинской маской.

Проветривать помещение, в котором находится ребенок, несколько раз в день. На время проветривания переводить ребенка в другое помещение.

Проводить влажную уборку детской комнаты не менее двух раз в течение дня.

Гулять на свежем воздухе в малолюдных местах – это укрепляет иммунитет.

Вызвать врача в случае заболевания, даже в легкой форме. Следовать назначениям врача, не заниматься самолечением.