

## ПРЕДУПРЕДИТЕ ГРИПП У ДЕТЕЙ

(памятка для населения)

**ГРИПП – острая респираторная вирусная инфекция, характеризующаяся внезапным началом с быстрым подъемом температуры тела до 40-41°C с периодом заразности от 3 до 5 дней и быстрым восстановительным периодом при отсутствии развития осложнений.**

Проявления гриппа у детей и взрослых почти одинаковы, однако существуют некоторые различия:

- у детей повышение температуры может быть более значительным;
- в возрасте до 5 лет нередко наблюдаются судороги;
- у детей чаще возникают катаральные явления: насморк, кашель; острый отит; желудочно-кишечные расстройства (рвота, боль в животе, жидкий стул);
- у детей, особенно младшего возраста, может развиваться поражение центральной нервной системы с потерей сознания, близкой к коме;
- в детском возрасте значительно чаще присоединяются осложнения (круп – отек гортани, воспалительные процессы в бронхах, легких, поражения сердечно-сосудистой системы);
- на первом году жизни повышен риск смертельного исхода из-за недостаточного развития иммунитета;
- грипп очень опасен для детей, длительно получающих аспирин, так как у них развивается поражение центральной нервной системы и печеночная недостаточность (синдром Рея).

**Для снижения риска заражения детей и предупреждения у них осложнений болезни в Национальный календарь профилактических прививок включена вакцинация детей с 6-месячного возраста, учащихся 1-11 классов.** Она проводится в осенний период, чтобы к началу эпидемического сезона у детей сформировался достаточный иммунитет.

В целях повышения сопротивляемости к инфекциям, начиная с грудного возраста, важно проводить комплексы упражнений, массаж, закаливающие процедуры по рекомендациям детского врача. Большое значение имеет грудное вскармливание до 1 года, так как в женском молоке находятся элементы, способствующие повышению иммунитета ребенка.

Укрепляют здоровье ребенка ежедневные прогулки на свежем воздухе в любую погоду при адекватной одежде (за исключением тайфунов и дней с сильными морозами).

В период повышенной заболеваемости ОРВИ и гриппом стараться не посещать с ребенком места массового скопления людей, по возможности избегать поездок в общественном транспорте.

В случае заболевания гриппом кого-то из членов семьи – обязательно оградить его от контакта с детьми, пользоваться постоянно маской, проводить ежедневную влажную уборку и проветривание; приучить ребенка к соблюдению гигиенических навыков (чаще мыть руки с мылом, умываться, приходя домой из детского сада, школы, с прогулки).

В осенне-зимний период с разрешения педиатра давать ребенку поливитаминные комплексы, соответствующие возрасту, витаминные отвары и чай.

В случае заболевания гриппом кормящей матери и приема ею лекарственных препаратов, малыша следует временно перевести на искусственное вскармливание. Если матери нет необходимости пользоваться лекарствами, то она может продолжать кормить грудным молоком, но в маске, чистой одежде и после тщательного мытья рук. Прием противовирусных препаратов не является противопоказанием к кормлению грудью.

**Эти рекомендации помогут снизить риск заболевания гриппом у ребенка.**