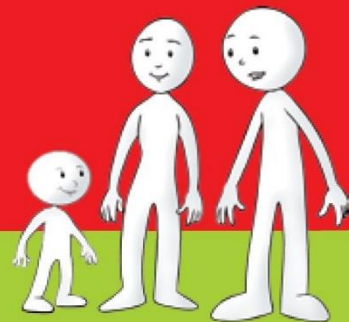


Jak chronić dzieci



Grypa i inne infekcje



Dopilnuj, aby dzieci często myły ręce wodą i mydłem oraz prawidłowo je osuszały.



Zwracaj dzieciom uwagę, aby zaśniały usta i nos rękawem, chusteczką higieniczną lub inną czystą chusteczką, gdy kichają lub kaszlą.



Obserwuj dzieci pod kątem głównych objawów grypy: wysokiej temperatury (powyżej 38°C), kataru, kaszlu, bólu głowy, mięśni i stawów.



Dzieci z łagodnymi objawami grypy, które nie chorują na choroby przewlekłe, powinny pozostać w domu i odpoczywać do czasu całkowitego ustąpienia objawów.



Jeżeli dziecko jest w wieku poniżej 5 lat i ma objawy grypy, natychmiast zgłoś się z nim do lekarza.



Jeżeli dziecko ma ponad 5 lat i występuje u niego wysoka temperatura (powyżej 38°C) oraz inne objawy ze strony układu oddechowego utrzymujące się ponad 3 dni pomimo stosowania leków przeciwgorączkowych, natychmiast zwróć się o pomoc lekarską.



Jeżeli dziecko choruje na chorobę przewlekłą i nagle wystąpią u niego objawy grypy, natychmiast zgłoś się z nim do lekarza.



Chore dzieci leczone w domu powinny być odseparowane od pozostałych członków gospodarstwa domowego, dopóki nie pocują się lepiej.



Nie podawaj dzieciom żadnych leków przeciwwirusowych, antybiotyków ani leków zawierających aspirynę **bez wyraźnego zalecenia od lekarza.**



Ucz dzieci, aby nie używały cudzych ręczników, nie piły z cudzych kubków i aby nie dotykały oczu, nosa i ust nieumytymi rękami.



Zwracaj dzieciom uwagę, aby w sezonie grypowym unikały przebywania w zatłoczonych miejscach, nie obejmowały się i nie całowały, witając się z innymi osobami, jeżeli same mają objawy grypy lub widzą je u innych.

Większości osób zakażonych wirusem grypy sezonowej zdrowieje bez interwencji medycznej.



Światowa
Organizacja
Zdrowia

Biuro Regionalne na Wschodni Region Śródziemnomorski

Lepiej zapobiegać niż leczyć

Więcej informacji:

www.who.int/topics/influenza