

«Если у ребенка ОРВИ»

НЕЛЬЗЯ

1. Вести ребенка в детский сад, посещать массовые зрелищные мероприятия, общественные места и ходить в гости.
2. Держать больного в душном помещении или подвергать воздействию сквозняков.
3. Продолжать проводить закаливающие процедуры (обливание, контрастный душ, плавание в бассейне, босохождение и пр.).
4. Проводить самолечение при гриппе. Без назначения врача применять в лечении ребенка антибиотика.
5. Ограничивать ребенка в питье.
6. Пользоваться многоразовыми носовыми платками. Может произойти повторное инфицирование организма.
7. Принудительно кормить больного. В то время как организм борется с болезнью, многие дети отказываются от приема пищи – это вполне нормально. Из рациона следует исключить острую (кетчуп) и охлаждающую пищу.

НАДО

1. Для захворавшего выделить отдельную комнату и проводить там каждый день влажную уборку. Обеспечить больному постельный режим.
2. Регулярно проветривать помещение. Открывая форточку, лучше прикрыть голову ребенка легким покрывалом, а тело – более теплой одеждой.
3. Больного следует тепло укрывать, по мере необходимости (в случае потливости) менять постельное и нательное белье.
4. По согласованию с врачом закапывать в нос интерферон по 2-3 капли ежедневно, применять иммуностимулирующую и противовирусную терапию (арбидол, ремантадин). Дополнительно необходимо принимать аскорбиновую кислоту и поливитамины.
5. Давать обильное теплое питье с малиной, медом, липовым цветом (если нет аллергии на эти продукты), а также теплое молоко с щелочной минеральной водой с целью уменьшения першения в горле.
6. Проводить регулярный туалет носа – мытье дважды в день передних отделов носа с мылом. Это удаляет микробы, попавшие в полость носа с вдыхаемым воздухом.
7. Использовать молочно-растительную диету, богатую витаминами.