

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Коронавирус в мире: что должны знать родители, чтобы уберечь своего ребенка»

Весь мир всколыхнула шокирующая новость о коронавирусе из Китая, который активно мигрирует миром.

Коронавирусная инфекция – это патология, поражающая органы дыхательной системы и кишечника. Заболевание, провоцируемое этим микроорганизмом, может протекать в тяжелой форме и стать причиной летального исхода. Заражению вирусом особо подвержены дети и подростки, а также лица с пониженной иммунной защитой.

Все возрастные группы лиц являются восприимчивыми к этому микроорганизму: даже непродолжительный контакт с возбудителем инфекции приводит к заражению.

ОРВИ, которое возникает под действием вируса, обычно длится в течение нескольких дней и заканчивается полным выздоровлением. Однако в ряде случаев оно может приобретать форму атипичной пневмонии или тяжелого острого респираторного синдрома (ТОРС). Эта патология характеризуется высоким показателем летального исхода (38%, поскольку сопровождается острой дыхательной недостаточностью).

Коронавирус передается воздушно-капельным путем.

При контакте заражение происходит в 50% случаев. Если организм обессилен, риск заражения возрастает в несколько раз.

Инкубационный период заболевания, провоцируемого коронавирусной инфекцией, зависит от формы и длится от 3 до 14 дней.

Группа риска:

- Дети
- Люди старше 60 лет
- Люди с хроническими заболеваниями легких
- Люди с хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой системы
- Беременные женщины
- Медицинские работники

Профилактика коронавируса : — это комплекс мер, направленный на усиление защитных функций организма в борьбе с инфекцией. Масштабная эпидемия коронавируса, которая началась в Китае в конце 2019 года, беспокоит каждого, кто заботится о своем здоровье и жизни близких. Заражение новым китайским вирусом приводит к развитию опасной пневмонии, которая может закончиться летальным исходом. Специфической вакцины и лекарства от болезни до сих пор не разработали.

Чтобы избежать заражения, важно соблюдать несложные правила профилактики коронавируса:

- Поддерживайте чистоту всех поверхностей в доме, регулярно проводите влажную уборку и проветривание помещений;
- Следите за чистотой рук, для проведения гигиенических процедур используйте средства дезинфицирующего действия;
- Старайтесь не прикасаться руками к губам, глазам, слизистой оболочке носа. Делать это можно только после мытья рук. Ученые говорят, что люди неосознанно совершают такие прикосновения не менее 15 раз в час;
- Приобретите в аптеке дезинфицирующее средство с распылителем (в форме спрея) и носите его всегда с собой. Это поможет организовать профилактику коронавируса, где бы вы ни находились.
- Старайтесь готовить еду самостоятельно или есть в проверенных заведениях общественного питания. Не покупайте сомнительный фаст-фуд, особенно блюда, содержащие мясо;

- Не употребляйте пищу из одной упаковки с другими людьми (орешки, чипсы, конфеты печенье). Отдавайте предпочтение снекам и продуктам в герметичной индивидуальной упаковке. Также нельзя пить напитки из одной бутылки с другими людьми;
- Очень важно соблюдать правила профилактики коронавируса при посещении общественных мест. Особенно это касается мест скопления большого числа людей. К таким местам относят аэропорты, вокзалы, общественный транспорт, спортивные арены. В таких местах лучше носить медицинскую маску или прикрывать рот и нос чистой салфеткой;
- Пока эпидемия не подавлена, старайтесь не здороваться за руку и не целоваться при встрече с малознакомыми людьми. Эти нормальные меры профилактики коронавируса не должны восприниматься окружающими, как проявление пренебрежения;
- Внимательно относитесь к чистоте поверхностей гаджетов и электроники — экран смартфона, пульты дистанционного управления, клавиатура и мышь компьютера и т. д. ;
- Убедитесь, что каждый член семьи пользуется своим индивидуальным набором для гигиены – зубная щетка, полотенце, расческа, белье и т. д.

Среди мер обязательной профилактики врачи указывают ношение медицинских масок. Однако эффективность защиты маски зависит от соблюдения правил ее использования. Чтобы ограничить контакт вирусного возбудителя со слизистыми оболочками ротовой полости и носа, зазор между лицом и маской должен быть минимальным. Нельзя прикасаться к маске руками во время использования. После каждого использования, важно менять медицинские маски. Повторное использование таких средств профилактики и передача их другим людям категорически запрещены.

К другим мерам профилактики коронавируса у детей врачи относят:

- комплексное укрепление иммунитета ребенка – полноценное питание, прием витаминов, физическая активность, закаливание;
- ограничение контактов с больными людьми;
- отказ от посещения лечебных учреждений без необходимости;
- временное ограничение посещения мест массового скопления людей.

При появлении первых признаков респираторных заболеваний у ребенка, немедленно обратитесь к врачу. Случаи заражения детей и подростков уже официально зафиксированы. Однако врачи отмечают, что летальных исходов среди детей не было. Это значит, что ключевую роль в лечении и профилактике коронавируса нужно отводить собственному иммунитету ребенка.

Что стоит знать родителям о коронавирусе

- Не паникуйте

По данным Всемирной организации здравоохранения, вспышка коронавируса не является международной чрезвычайной ситуацией в области здравоохранения. Пока что ВОЗ не объявляет чрезвычайное положение и не рекомендует ограничивать транспортные сообщения и обращение товаров.

- Погибших среди детей не было

Самой младшей жертве, что было подтверждено смертельным случаем коронавируса, – 36 лет. Большинство смертельных случаев в Китае были у людей старше 60 лет и больше мужчин, чем женщин.

Так, [у двухлетнего ребенка диагностировали коронавирус](#) нового типа. Мальчик является самым молодым пациентом, которого лечат от атипичной пневмонии, вызванной коронавирусом нового типа, но его состояние здоровья – стабильное.

Поэтому ВНО создали карту, благодаря которой наглядно можно наблюдать распространение инфекции по всему миру.

- Коронавирусы – это большое семейство вирусов

Распространенными симптомами коронавируса являются "умеренные заболевания верхних дыхательных путей" – как обычная простуда, однако лишь более сложные

симптомы, в частности тяжелый остроинфекционный респираторный синдром, могут быть смертельными.

Если у вас поднялась температура, появились симптомы гриппа или респираторного заболевания, советуем вам все же навестись в больницу для того, чтобы точно определить вид инфекции.

Симптомы коронавируса

1. Лихорадка;
 2. Головная боль;
 3. Кашель;
 4. Затрудненное дыхание;
 5. Слабость.
- Для определения коронавируса есть тест

Шаги для профилактики

- Чтобы предотвратить распространение вируса, ВОЗ советует руководствоваться стандартными рекомендациями по предотвращению распространения инфекции.
- Регулярно мойте руки с мылом и следите, чтобы это делали дети;
- Закрывайте нос и рот, когда чихаете;
- Мясо, яйца и рыба должны термически обрабатываться. Следите, чтобы ребенок не ел необработанные продукты.
- Мойте фрукты и овощи и научите этому детей;
- Избегайте тесного контакта с любым, кто проявляет симптомы респираторных заболеваний, такие как кашель и чихание;
- Избегайте диких животных и не посещайте фермы;

Итак, родители, не паникуйте. Коронавирус, вероятно, будет звучать в заголовках новостей еще не один месяц, но это не значит, что всем нужно жить в страхе. Главное мойте руки детям с мылом и не контактируйте с людьми, которые имеют симптомы, схожие с этим заболеванием.