**Пам’ятка для батьків щодо профілактики**

**ГРВІ та грипу у дітей**

Профілактичні заходи, які необхідно виконувати батькам для попередження зараження дитини простудними захворюваннями, представлені:

 Дотриманням правил гігієни, які полягають у:

* Режим дня;
* Уникнення переохолодження або перегріву;
* Регулярне та ретельне миття рук з милом;
* Використання індивідуальних предметів особистої гігієни;
* Користування носовою хусткою під час кашлю або чхання;

 Регулярним провітрюванням і прибиранням у дитячій кімнаті і житловому приміщенні в цілому.

 Загартовуванням дитячого організму.

 Профілактикою захворювань простудного характеру за допомогою спеціально призначених лікарських засобів.

**У разі перших симптомів хвороби необхідно:**

* Обмежити спілкування хворого з іншими членами сім’ї.
* Звернутися за допомогою до фахівця.
* Не відправляти дитину в школу.

