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

• Медицинские работники

Профилактика **коронавируса**: — это комплекс мер, направленный на усиление защитных функций организма в борьбе с инфекцией.

**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. ;

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.

**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 наведаться в больницу для того, **чтобы** точно определить вид инфекции.

Симптомы **коронавируса**

Лихорадка; Головная боль;

Кашель;

Затрудненное дыхание;

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 продолжительное время, 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.

 Жигалова Н.Е.