Как защитить ребенка от коронавируса

(советы родителям)

Динамика распространения новой коронавирусной инфекции свидетельствует, что вирус пришел надолго, и всем нам необходимо привыкать жить с ним. Постепенно темпы эпидемии снижаются, и это дает основание для отмены ряда ограничительных мероприятий. Но успокаиваться и расслабляться не стоит: пренебрежение профилактическими мерами будет способствовать новым всплескам заболеваемости.

Так как же уберечь детей от заражения? Особенно в летние дни, когда детей трудно удержать дома. Прогулки для детей обязательны. А вот как и где гулять, родители должны знать.

Следует избегать мест массового скопления людей – посещение с детьми магазинов и иных общественных мест значительно повышает риск контакта с больным человеком, в том числе и с выраженными симптомами респираторного заболевания. Поэтому по возможности ребенка следует оставлять под присмотром вне мест с массовым пребыванием людей.

Научите ребенка соблюдать социальную дистанцию. Причем, делать это нужно не запретами, а доходчивым объяснением ребенку, к чему может привести тесный контакт со сверстниками на игровых или спортивных площадках. Ваш ребенок должен знать, что безопасным расстоянием считается дистанция около 2 метров.

Приучайте ребенка к соблюдению правил личной гигиены. Объясните сыну или дочери, что, находясь на улице, не следует прикасаться руками к лицу, брать пальцы в рот, тереть глаза или нос. Обязательной процедурой после прогулки должно стать мытье рук с мылом. Не забывайте, что ребенок многое узнает, наблюдая за окружающими. Поэтому станьте для своего малыша примером – чаще обрабатывайте и свои, и его руки антисептическим средством, правильно носите защитные маски. Стандартные маски надеть на маленького ребенка практически невозможно, поэтому детям до 7 лет их ношение не рекомендуется. Однако обязательное условие – сохранение социальной дистанции. А вот старшие дети должны уметь их носить. Научите их этому. И объясните, как правильно надевать, носить и снимать маску. И обязательно правильно носите защитные маски сами – ребенок за Вами наблюдает и копирует Ваше поведение. Помните, маска должна плотно прилегать к лицу, надежно закрывая нос и рот.

Одним из мест, где ребенок может «подцепить» коронавирус являются детские игровые или спортивные площадки. Как правило, они периодически дезинфицируются управляющими компаниями. Однако следует понимать, что на площадке могут находиться больные дети. Поэтому после посещения таких площадок следует обработать руки ребенка антисептиком, а по возвращении домой нужно помыть руки с мылом. А еще лучше – принять душ.

Всем известно, что дети переносят коронавирусную инфекцию легче, чем взрослые. Зачастую у них заболевание протекает бессимптомно. Поэтому именно дети чаще становятся источниками инфицирования взрослого населения. Помните об этом и без лишней необходимости не приводите своих детей, имеющих даже малейшие проявления респираторного заболевания, к бабушкам и дедушкам – у пожилых людей коронавирусная инфекция протекает особенно тяжело.

Защита детей от коварного вируса должна стать повседневной заботой их родителей. Выполнение простых и не особо обременительных мероприятий позволит избежать больших неприятностей в семье. И не следует забывать, что приучение ребенка к соблюдению гигиенических требований при новой коронавирусной инфекции сделает детей устойчивыми и к другим инфекциям в будущем.

Будьте здоровы! Берегите себя и своих близких!