

## Грипп А(Н1N1): информация для родителей

Грипп, вызываемый типом вируса Н1N1, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем. Большинство людей болеют в средне тяжелой форме, однако были отмечены и тяжелые случаи заболевания, в том числе летальные исходы. Маленькие дети, беременные женщины и люди с хроническими заболеваниями, такими как астма, диабет или болезни сердца, подвержены большему риску появления осложнений от инфекции.

### Каковы симптомы заболевания?

У большинства детей симптомы гриппа Н1N1 подобны симптомам обычного гриппа. В их число входят:

- жар;
- кашель;
- боль в горле;
- ломота в теле;
- головная боль;
- озноб и усталость;
- изредка - рвота и понос.

У детей младшего возраста типичные симптомы могут не проявляться, но у них отмечается затрудненное дыхание и слабая активность.

У детей до 5 лет вероятность развития тяжелого заболевания, в том числе пневмонии, выше, чем у детей старшего возраста. Существует тенденция развития более тяжелой степени гриппа у детей с хроническими заболеваниями.

### Как уберечься от инфицирования?

В основном вирусы гриппа передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Вирус гриппа может попасть в организм (в глаза, нос или рот) через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью.

В настоящий момент самым эффективным методом профилактики гриппа А(Н1N1) является вакцинация, которая проводится ежегодно в осенний период. Предупредить распространение вирусов, вызывающих респираторные заболевания, в том числе грипп Н1N1, можно при соблюдении некоторых мер личной гигиены.

- Научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.

- Научите детей кашлять и чихать в салфетку или руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.

- Научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора – два метра.

- Заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.

- Воздержитесь от посещения магазинов, кинотеатров или других мест скопления людей.

#### Что делать, если заболел ребенок?

- Оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь. Не отправляйте его в школу или в дошкольное учреждение. Вызовите врача на дом. Не занимайтесь самолечением.

- Давайте ребенку много жидкости (сок, воду и др.).
- Создайте больному ребенку комфортные условия. Крайне важен покой.
- Строго выполняйте назначения врача, незамедлительно начинайте лечение.

- Если кто-либо в вашем доме заболел, не допускайте его контакта со здоровыми.

- Держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.

- Если ваш ребенок имел контакт с больным гриппом H1N1, спросите у врача о необходимости приема противовирусных лекарств для предупреждения заболевания гриппом H1N1.

Если у вашего ребенка появился какой-либо из следующих настораживающих признаков, обратитесь за неотложной медицинской помощью:

- учащенное или затрудненное дыхание;
- синюшность кожных покровов;
- отказ от достаточного количества питья;
- непробуждение или отсутствие реакции;
- возбужденное состояние;
- отсутствие мочеиспускания или слез во время плача;
- возобновление симптомов заболевания (жар, сильный кашель и т.д.).