

ПАМЯТКА

об ответственности родителей за здоровье детей.

В целях профилактики гриппа рекомендуется:

1. Ежедневно проводить в доме влажную уборку с дезосредствами.
2. В течение дня несколько раз производить проветривание комнат (лучше – сквозное при удалении людей из помещения).
3. Усилить в семье витаминотерапию (принимать поливитамины, или витамин С, или фрукты, ягоды, овощи, обладающие повышенным содержанием витамина С: лимон, смородина, клюква, облепиха и др.).
4. Организовать в доме защиту фитонцидами (ежедневно 3 раза в день употреблять в пищу чеснок и лук в сыром виде, нюхать свежерезанную луковицу (Знахарь А.Попов пишет, что свежий лук убивает вирусы гриппа в течение 2-х минут), в народной медицине рекомендуется расставить в доме блюдца с давленным чесноком и луком).
5. Утром, в обед, и вечером измерять температуру тела у всех членов семьи. В случае повышения температуры, а также при появлении признаков гриппа больного необходимо по возможности изолировать и незамедлительно вызвать врача на дом.
6. Сократить до минимума посещения вашими детьми общественных мест. В случае необходимости пользоваться защитными противовирусными средствами (оксолиновой мазью и др.) Если не поставлена прививка против гриппа, необходимо организовать профилактический приём противовирусных препаратов.