**ПРОФИЛАКТИКА ГРИППА**

Профилактика гриппа и ОРВИ в ДОУ особо необходима в период эпидемий, которые часто происходят в осенне-зимний период. Заразиться данными заболеваниями можно через прикосновение к инфицированному предмету общего пользования, а также через воздух, в котором инфекция сохраняет свою активность до 8 часов. Большую восприимчивость к заражению имеют дети со слабым иммунитетом. Основные симптомы ОРВИ и гриппа Симптомы этих вирусных заболеваний несколько похожи, поэтому при возникновении подобных проявлений следует немедленно обратиться к лечащему педиатру. При гриппе наблюдается очень высокая температура, в то время как при ОРВИ она может быть незначительной или же вовсе отсутствовать. Кроме температуры, наблюдаются следующие симптомы: болезненный кашель; насморк; боли в суставах (при гриппе); общая слабость; в некоторых случаях рвота и тошнота; головная боль; беспокойство, сонливость. Профилактика гриппа в ДОУ предусматривает комплекс мероприятий по защите детей и подростков от заражения вирусным заболеванием. Наиболее эффективна в этом случае вакцинация, которая должна проводиться заблаговременно. Вакцины хорошо переносятся и дают высокую результативность. Наиболее удачный период для вакцинации – ранняя осень, перед началом сезона вирусных заболеваний. Вакцинация на поздних сроках не дает положительного результата, так как организму требуется время для выработки иммунитета. Прививаться стоит ежегодно, прошлогодняя вакцинация уже не действенна против текущей эпидемии. Профилактика ОРВИ в ДОУ предусматривает: Полноценное питание и отдых; Ежедневные прогулки на свежем воздухе; Занятия спортом, утренняя зарядка, закаливание; Регулярно мыть руки с мылом, особенно по возвращению домой из общественных мест и перед едой; Избегать сквозняков и переохлаждения; В помещении, где находятся дети, необходимо регулярно проводить влажную уборку и делать проветривание; Исключить выход детей в места большого скопления людей, отказаться на период эпидемии от посещения театров, кинозалов, музеев и других общественных заведений; Промывание носа, полоскание горла, также можно использовать мазь «Оксолин» для защиты от вирусов. При заражении ОРВИ или гриппом, больной ребенок должен быть изолирован на период лечения. Допуск в ДОУ возможен только после полного выздоровления, что подтверждается отсутствием симптомов и справкой от лечащего педиатра.