

Памятка по пользованию лекарственными травами.



- Не беритесь за лечение, в домашних условиях, таких серьезных заболеваний как: менингит, энцефалит, болезнь Боткина, пневмония.
- Крайне не рекомендуется лечить детей, не достигших 5-6 летнего возраста, травами настоями или отварами
- Не используйте для лечения детей сильно действующие или ядовитые травы и растения.
- Лечебные травы рекомендуется собирать, только в экологически чистых районах, местах.
- Будьте внимательны, возможно личная непереносимость некоторых компонентов, содержащихся в лекарственных травах и растениях, проявление аллергической реакции.

Памятка для родителей

У ребёнка педикулёз? Что делать?



Педикулёз или вшивость - специфическое паразитирование на человеке вшей, питающихся его кровью. Различают три вида вшей: платяные, головные и лобковые.

Платяные вши наиболее опасны в эпидемиологическом отношении, так как могут стать переносчиками сыпного тифа, возвратного тифа, волынской лихорадки. Питаясь кровью больного человека, платяные вши при укусе способны передавать возбудителей этих инфекций здоровому человеку.

Платяная вошь - самая крупная (размер до 5,0 мм), живет в складках и швах белья и одежды, где откладывает яйца, которые приклеиваются к ворсинкам ткани, а также к волосам на теле человека. Средняя продолжительность жизни взрослых особей вшей 35-45 дней. В течение жизни откладывает до 400 яиц. Платяные вши остаются жизнеспособными вне человека 2-3 суток, при понижении температуры до 7 суток.

Головная вошь - размер до 3,5 мм, живет и размножается в волосистой части головы, предпочтительно на висках, затылке и темени. Жизненный цикл от яйца (гнида) до взрослой особи 25-35 дней, откладывает за жизнь до 140 яиц. Вне тела хозяина погибает через сутки.

Лобковая вошь - (размер до 1,5 мм) живет на волосах лобка, бровей, ресниц, усов, подмышечных впадин. При значительной численности насекомые могут распространяться на всей нижней части туловища, особенно на животе, после укусов остаются характерные синюшные следы. Самка в течение жизни откладывает около 50 яиц. Продолжительность жизни около месяца. Вне человека лобковая вошь живет 10-12 часов.

Заражение людей платяными и головными вшами происходит при контакте с завшивленными лицами в организованном коллективе, местах скопления людей (транспорт, бассейны, массовые мероприятия), при совместном проживании в семье, квартире (использование общих расчесок, щеток, постельных принадлежностей, одежды и т.д.) Лобковый педикулез передается при интимных контактах.

Основными симптомами педикулеза являются зуд, сопровождающийся расчесами. Расчески нередко способствуют возникновению вторичных кожных заболеваний: гнойничковых поражений, дерматитов, пигментации кожи, экземы, у некоторых лиц

развивается аллергия. В запущенных случаях может развиваться "колтун" - запутывание и склеивание гнойно-серозными выделениями волос на голове, кожная поверхность покрыта корками, под которыми находится мокнущая поверхность.

Главная мера профилактики педикулёза - соблюдение правил личной гигиены!

Для профилактики педикулеза необходимо:

регулярно мыться (не реже 1 раза в 7-10 дней);

производить смену и стирку нательного и постельного белья;

производить систематическую чистку верхнего платья, одежды, постельных принадлежностей;

производить регулярную уборку помещений;

осуществлять регулярную стрижку и ежедневное расчесывание волос головы.

Если Вы обнаружили у Вашего ребенка педикулез, прежде всего, пожалуйста, успокойтесь и выберите любой удобный для Вас вариант действий.

Первый вариант

Купите в аптеке любое средство для обработки от педикулёза (завшивленности).

Обработайте волосистую часть головы ребёнка средством строго в соответствии с прилагаемой инструкцией.

Вымойте ребёнка с использованием детского мыла или шампуня. Для мальчиков возможна стрижка наголо.

Удалите механическим способом (выберите руками или вычешите частым гребешком) погибших насекомых и гниды. Для снятия гнид необходимо смачивать пряди волос в растворе, приготовленном из равных количеств воды и 9% столового уксуса. Ополосните волосы тёплой водой.

Наденьте ребёнку чистое бельё и одежду.

Постирайте постельное бельё и вещи ребёнка отдельно от других вещей, прогладьте их утюгом с использованием пара.

Осмотрите и при необходимости, обработайте всех членов семьи. Не забудьте о себе.

Сообщите о ситуации врачу (медицинской сестре) детского учреждения, которое посещает Ваш ребёнок, для проведения комплекса противопедикулезных мероприятий.

Повторите осмотры ребенка и всех членов семьи через 7, 14, 21 день и проведите при необходимости повторные обработки до полного истребления насекомых и гнид.

Второй вариант

Проводится в случаях наличия у Вашего ребёнка кожных, аллергических заболеваний и если возраст ребёнка до 5 лет.

Вычесите живых насекомых частым гребешком желательно в ванную и смойте горячей водой.

Обрабатывайте пряди волос аккуратно, не касаясь кожи головы ребёнка, разведённым пополам с водой 9% столовым уксусом и снимайте гниды с волос руками или гребешком. На гребешок можно насадить вату, смоченную тем же раствором для улучшения отклеивания гнид.

Помойте голову и тело ребёнка детским мылом или шампунем.

Постирайте нательное и постельное бельё и вещи ребёнка отдельно от других вещей, прогладьте утюгом с отпариванием.

Осмотрите и при выявлении насекомых, обработайте всех членов семьи. Для обработки взрослых членов семьи используйте противопедикулёзные средства, которые можно приобрести в аптечной сети.

Повторите осмотры ребенка и всех членов семьи через 7, 14, 21 день и проведите при необходимости повторные обработки. В случае выявления насекомых и гнид проведите повторные обработки до их полного истребления.

Желаем удачно справиться с педикулезом!

Памятка родителям, выезжающим с детьми дошкольного возраста на отдых.



1. Выезжайте с ребенком за пределы привычной климатической зоны не ранее чем ему исполнится три года: к этому возрасту формируется иммунная система.
2. Отдыхайте с ребенком более 14 дней. Детям требуется больше времени для адаптации к новым условиям, чем взрослым.
3. Не перевозите ребенка из одного сезона в другой и обратно. Большинство детей по возвращении начинают часто болеть респираторными инфекциями.
4. Заранее посетите педиатра, получите его рекомендации.
5. Узнайте список обязательных прививок для безопасного пребывания ребенка в выбранной стране. Эти прививки нужно сделать заранее.
6. Составьте и возьмите с собой дорожную аптечку маленького путешественника.
7. Не пейте местную воду из-под крана или фонтанов, используйте питье-вую воду из бутылок. В странах с жарким климатом для умывания, чистки зубов применяйте кипяченую воду.
8. Помните, что бассейны общего пользования в отелях — это места скопления микроорганизмов, в т. ч. возбудителей болезней. Бассейны с морской водой предпочтительней хлорированных.
9. Не купайтесь в стоячих водоемах и медленно текущих реках.
10. Не ходите босиком, особенно по влажной и заболоченной земле.

Примерная аптечка маленького путешественника

1. Для обработки ран: стерильные вата и бинты, пластырь, перекись водорода, йод.
2. От синяков и ушибов: мазь Троксевазин или Спасатель.
3. От солнечных ожогов: мази Пантенол, Бепантен, Спасатель.
4. От кишечных расстройств: активированный уголь (абсорбент), Смекта (при вздутии живота, диарее); Эрсефурил (при отравлении), Мезим-форте, Креон (ферменты для улучшения пищеварения); Регидрон (при обильной диарее или рвоте для восстановления потерянной жидкости).
5. При аллергии: антигистаминные препараты Фенкарол, Цетиризин, Супрастин.
6. От укачивания: драже и карамель Авиа-море.
7. Средства, применяемые при ОРЗ:
 - от заложенности носа: сосудосуживающие препараты Отривин, Длянос, Виброцил (принимать их можно не более 5-7 дней); Аква-марис (для промывания носа);
 - от кашля: Аскорил (при влажном кашле); АЦЦ (при сухом);
 - от боли в горле: спреи Тантум Верде, Гексорал.
8. Жаропонижающие и болеутоляющие средства: сиропы или свечи Панадол, Нурофен. Если повышение температуры сопровождается спазмами конечностей — спазмолитик Но-шпа.
9. От воспаления глаз: капли Альбуцид.
10. Для ушей — капли Отипакс (без осмотра врача нельзя их капать, нужно смочить ими ватную турунду и вставить в ушко ребенку).
11. От укусов комаров: спреи, карандаши-репелленты, отпугивающие насекомых (при покупке нужно обращать внимание на возраст, с которого разрешено применение); фенистил (антигистаминное средство, снимающее зуд от укуса), бальзамы, содержащие ментоловое масло;
12. А также: градусник, бактерицидные влажные салфетки, медицинская груша, пипетки, детский крем

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«ПРОФИЛАТИКА КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ»

Соблюдение гигиенических требований к приготовлению пищи – важный аспект профилактики. Нужно всегда помнить о тех полезных продуктах, которые могут стать опасными из-за невнимательности. Что можно давать детям:

фрукты, овощи, зелень – только чисто вымытые, свеженарезанные;

молоко – прокипяченное; молочнокислые продукты – не просроченные;

творожная масса – лучше приготовленная самостоятельно из свежего творога, варенья, фруктов и т.д.

мясные, рыбные, овощные блюда – свежеприготовленные.

Употребление дошкольниками грибов, копченостей, острых и жирных блюд, чипсы противопоказано.

Невозможно предусмотреть все варианты путей заражений острых кишечных заболеваний. Остановимся на основных правилах профилактики, о которых необходимо помнить родителям, особенно в летнее время:

нельзя купаться в грязных водоемах;

не следует покупать продукты с рук, у дороги, на лотках рядом с рынком, в маленьком павильоне без холодильника, мясо без клейма;

нельзя давать ребенку не кипяченую воду, не подвергшихся кулинарной обработке молочных продуктов;

не стоит употреблять в пищу сырые яйца;

если у кого-то из членов семьи появилось расстройство пищеварения, ему необходимо выделить отдельную посуду и другие предметы личной гигиены. Сократить до минимума общение больного с ребенком, особенно внимательно следить за соблюдением правил личной гигиены и чистоты.