

## Первая помощь

### Первая помощь, если ребенок заболел ОРВИ:

- оставляем ребенка дома;
- проветриваем, увлажняем воздух, не заставляем кушать ребенка, даем обильное питье;
- вызываем педиатра для постановки точного диагноза и получения рекомендаций;
- следим за температурой, если выше 38,5 °C – даем жаропонижающее по инструкции;
- сообщите в детский сад: предупредите воспитателя о заболевании.



### Чего не стоит делать при ОРВИ:

- сбивать температуру ниже 38,5 °C;
- надевать на ребенка много одежды;
- заставлять кушать;
- давать ребенку «взрослые» лекарства;
- ходить в поликлинику с больным ребенком, вызывайте врача на дом.



# ОРВИ



## Симптомы

**Острая респираторная вирусная инфекция (ОРВИ)** – общий термин для обозначения клинически и морфологически подобных острых воспалительных заболеваний дыхательных путей и легких, которые вызваны вирусами, тропными к мерцательному эпителию дыхательных путей.

### Симптомы ОРВИ у ребенка:

- повышение температуры тела до 37,5–38,5 °С, температура нарастает постепенно;
- заложенность носа, затрудненное носовое дыхание, сопение;
- чихание и кашель, вначале сухой, поверхностный кашель, который затем может стать влажным;
- боль и покраснение в горле;
- вялость, слабость, капризность, плаксивость, снижение аппетита;
- головная боль.



## Профилактика

### Профилактика ОРВИ:

- приучите ребенка тщательно мыть руки после улицы, перед едой;
- покажите, как чихать и кашлять в локоть;
- регулярно проветривайте комнаты и увлажняйте воздух, особенно в отопительный сезон;
- гуляйте в любую погоду;
- старайтесь есть свежие овощи, фрукты, ягоды;
- избегайте массовых мест, например торговые центры, общественный транспорт.

