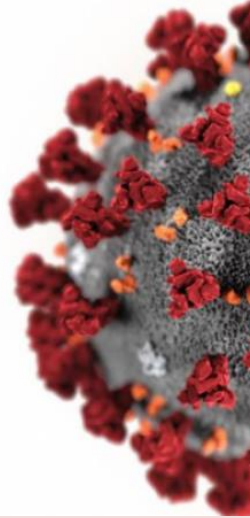




## Дети и КОРОНАВИРУС



### НЕ ЗАБЫВАЙТЕ О ДИЕТЕ

Больных принято баловать, а уж если это дети... Близкие и дальние родственники готовы их на руках носить, посвящая львиную долю своего времени и буквально заваливая игрушками и различными вкусностями. Внимание, конечно, только приветствуется, а вот с едой всё несколько сложнее. Любимые детворой картофель фри, конфеты, пирожные, жаренные во фритюре мясо и рыба, салаты, обильно приправленные магазинным майонезом, работают отнюдь не на пользу организму. Это продукты, которые стимулируют воспалительные процессы и ослабляют иммунитет.

Вместо этого предложите ребёнку кисло-сладкие фрукты, ягоды (особенно чёрную смородину, черноплодную рябину, чернику), свежие овощные соки, зелень. Мясо лучше тушить, отваривать и подавать с гарниром из рисовой, гречневой или перловой каши. Такое питание действительно ускорит выздоровление и поможет восстановиться после болезни.

### ПРОФИЛАКТИКА ОМИКРОНА И ДРУГИХ ШТАММОВ КОРОНАВИРУСА СРЕДИ ДЕТЕЙ:

1. Избегайте посещения мест массового скопления людей. Отложите визиты в развлекательные центры, игровые комнаты и детские кафе до лучших времён.

2. Соблюдайте масочный режим и гигиену рук.

3. Обучите детей респираторной этикетке.

4. Не прикасайтесь руками к лицу.

5. Проводите профилактические беседы о правилах поведения в общественных местах при пандемии. Будьте для ребёнка примером.

6. Придерживайтесь здорового образа жизни: следите за соблюдением режима сна и отдыха, чаще бывайте на свежем воздухе.

7. Укрепляйте иммунитет. «Встроенную» защиту организма повышают небулайзерные ингаляции с интерферонсодержащими

препаратами, однако эта мера требует обязательной консультации педиатра. Например, для уточнения дозировки и схемы проведения процедур.

8. Контролируйте температуру тела ребёнка. Допустим, измеряйте её утром перед детским садом / школой и вечером.

9. Не отправляйте детей в учреждение образования, если у них обнаружился симптомы острой респираторной инфекции. Согласно постановлению Министерства здравоохранения Республики Беларусь сейчас можно до трёх дней быть дома без больничного листа.

10. Вакцинируйте подрастающее поколение против COVID-19. В противном случае его здоровье и безопасность будут зависеть от того, насколько вы и окружающие соблюдаете все меры профилактики.

# СДЕЛАЙ ПРАВИЛЬНЫЙ ВЫБОР!

**Вакцинация детей - одно из самых важных решений, которое могут принять родители, чтобы защитить свою семью и окружающих от коронавируса.**

**П**рививочная кампания детей 12-17 лет против COVID-19 в Беларуси стартовала 27 декабря 2021 года.

Сейчас доступна китайская инактивированная вакцина Уего Cell. Пройти иммунизацию можно в индивидуальном порядке в поликлиниках и прививочных пунктах учреждений образования. Преимуществами последних являются:

- гарантия здорового окружения (потенциально инфицированных коронавирусом или ОРВИ в поликлинике гораздо больше);

- меньший стресс от процедуры (дети находятся в привычной среде);

- родители не пропускают работу (присутствие на вакцинации по желанию);

- педагоги и медработники школ лучше знают свои детские коллективы;

- иммунизация проводится той же вакциной, что и в поликлинике,

- соблюдение условий транспортировки, хранения и сроков годности гарантировано.

Вакцинация проводится по желанию родителей и не ранее 6 месяцев после перенесённой ребёнком коронавирусной инфекции. Процедура проходит по всем правилам: с осмотром педиатра и подписанием согласия на процедуру. При выявлении жалоб и клинических показаний подросток направляется на дополнительные лабораторно-инструментальные исследования и/или консультацию узких специалистов. При

отсутствии противопоказаний оформляется допуск и предоставляется родителям или законным представителям прививаемого. Он содержит полную информацию о прививке, возможных реакциях и неблагоприятных проявлениях после неё, а также последствия отказа.

Прививки проводятся после получения письменного согласия родителей или законных представителей несовершеннолетних. После введения вакцины осуществляется наблюдение: через 30 минут после процедуры; в течение первых 3 дней путём опроса подростков или обзвона родителей (законных представителей), причём в наблюдении участвуют и школа, и поликлиника.