Уважаемые ребята и родители!

Осень сложное время для организма, часто идет обострение хронических заболеваний, повышается риск простудных заболеваний, а сейчас и угроза заболеть Covid-19.

Кроме этого, осень время всплеска кишечных инфекций. Это очень серьезные заболевания, при которых отмечается общее тяжелое состояние, повышенная температура, рвота, учащенный «жидкий стул».

После перенесенных кишечных заболеваний часто идет обострение хронических заболеваний, особенно желудочно-кишечного тракта, длительно сохраняется плохое самочувствие.

Защитить себя можно соблюдая правила личной гигиены:

- перед приемом пищи, после прогулки, игры с домашними животными, после посещения туалета нужно обязательно мыть руки с мылом;

- пить только кипяченную или бутилированную воду;

- мыть овощи и фрукты горячей водой;

-оберегать продукты от мух и других насекомых;

- соблюдать правила и сроки хранения пищевых продуктов;

- не грызть ногти, карандаши и ручки;

- почувствовал себя плохо - сразу необходимо идти к медицинскому работнику школы или вызывать врача домой.

Уважаемые родители, вам необходимо внимательно следить за здоровьем своих детей, напоминать ребятам о правилах, которые описаны выше, не отправлять ребёнка в школу при появлении хоть каких-то признаков заболевания у ребенка (при вероятном контакте с больным короновирусной инфекцией) или при подозрении у ребенка (младшего ребенка, посещающего детский сад) на возможную ротавирусную или норовирусную инфекцию.

Берегите себя и своих близких и будьте здоровы!

С уважением, школьный врач С.Ф. Черткова