

*Консультация для родителей  
подготовила: Козлянкина А. Г.-  
воспитатель разновозрастной группы.*

## **РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ НА ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ**



1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить, а если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.



2. Для максимального снижения риска инфицирования детям лучше оставаться дома. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.



3. Нужно полностью исключить посещения каких-либо учреждений, мест общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, а также других мест общественного пользования.



4. К местам общественного пользования, которые не следует посещать, относятся детские площадки дворов и парков.

5. Гулять с детьми можно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.



6. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих.



7. Перед вынужденным выходом из квартиры ребенку по возможности нужно объяснить, что за пределами квартиры нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.



8. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос (неглубоко).



часто

9. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.

## **О ЗНАЧЕНИИ ГИГИЕНИЧЕСКИХ ПРОЦЕДУР ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ КОРОНАВИРУСА**

Роспотребнадзор напоминает о значимости личной гигиены в период пандемии COVID-19.

Мытьё рук с мылом, простая и известная всем с раннего детства процедура, является важным элементом профилактики коронавирусной инфекции и действительно помогает сохранить здоровье.

Важно помнить, что нет никакой необходимости мыть руки именно «антибактериальным» мылом. Для того чтобы смыть вирус достаточно мыть руки обычным мылом, то есть тем, которое уже есть у вас дома.

Согласно исследованиям НИИ Дезинфектологии Роспотребнадзора, понятия «стандартного» антибактериального мыла не существует. В такие мыла вносят антимикробные добавки, но они могут быть разные и в разном количестве. Некоторые производители могут использовать мыло с такой пометкой и просто без добавок в качестве удачного маркетингового хода. Критериев эффективности такого мыла нет, если не идёт речь о дезинфицирующем средстве - кожном антисептике.

Так называемое «антибактериальное» мыло вирусы может не уничтожить, так как вирусы не бактерии и устойчивость у них другая. Но такое мыло, как и любое другое, может их просто смыть. В связи с этим специалисты Роспотребнадзора рекомендуют пользоваться любым мылом, это обеспечит примерно одинаковый эффект.

Установлено, что частое мытьё рук родителей с мылом способствует снижению смертности среди детей раннего возраста от острых респираторных инфекций на 20% и от острых кишечных инфекций на 50%. Грязные руки являются фактором передачи целого спектра инфекционных и паразитарных заболеваний, в том числе дизентерии, гепатита А, брюшного тифа, норо- и ротавирусных инфекций, глистных инвазий. Передача осуществляется как напрямую, так и опосредованно через контаминированные поверхности, мягкие игрушки и средства обихода.

Согласно официальным формам отраслевого статистического наблюдения Роспотребнадзора в среднем за год посредством контактно-бытового пути передачи, основным элементом, которого являются грязные руки, реализуется более 300 вспышек инфекционных заболеваний, при этом более 85% пострадавших в этих вспышках являются детьми.

Мытьё рук является ключевым компонентом в снижении риска целого ряда инфекций, включая острые кишечные инфекции, грипп и другие респираторные инфекции, в том числе новый коронавирус.

В связи с этим очень важно знать, как правильно мыть руки. Правильная методика мытья рук предполагает использование мыла и теплой проточной воды, которые растирают руками в течение не менее 30 секунд. Следуйте этим простым правилам:

- Снимите украшения, закатайте рукава
- Смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла
- Тщательно намыльте руки и в течение не менее 30 секунд соблюдайте технику мытья рук
- Обильно ополосните теплой водой руки, чтобы удалить мыло
- Просушите руки полотенцем

Сушка рук имеет важное значение - руки высушивают, промокая их салфеткой однократного использования или сухим полотенцем. Убедитесь, что ваши руки полностью высохли.

Когда вы находитесь в общественном туалете, используйте бумажное полотенце, чтобы открыть и закрыть дверь в туалетную комнату и нажать на кнопку сливного бачка.

### **Когда мыть руки?**

#### **До:**

- Приготовления еды
- Приема пищи
- Надевания контактных линз и нанесения макияжа
- Прикосновения к области инфекции кожи, ранам и другим поврежденным кожным покровам
- Проведения манипуляций медицинского характера

#### **После:**

- Приготовления еды
- Обработки загрязненного белья
- Ухода за больными
- Уборки и работы по дому и в саду
- Кашля, чихания или рвоты
- Контакта с домашними и любыми другими животными
- Работы, учебы, пребывания на открытом воздухе и в общественных помещениях
- Занятий спортом
- Прикосновения к области инфекции кожи и кожных ран
- Посещения туалета
- Контакта с деньгами
- Работы за компьютером и другой оргтехникой
- Поездки в общественном транспорте

**Мойте руки и будьте здоровы!**

## КАК ОБЕЗОПАСИТЬ РЕБЕНКА ОТ БЫТОВОГО ТРАВМИРОВАНИЯ ВО ВРЕМЯ САМОИЗОЛЯЦИИ

В период самоизоляции, а также карантина в домашних условиях, Роспотребнадзор напоминает родителям о некоторых важных правилах безопасности при организации личного пространства и досуга ребенка.

### 1. Не давайте детям играть с мелкими деталями игрушек, батарейками и другими мелкими предметами, которые они могут случайно проглотить



Это правило особенно касается детей в возрасте до трех лет. Не храните мелкие предметы, детали, магниты, батарейки (особенно так называемые «кнопочного» типа для часов, брелоков и другой переносной электроники) в местах, доступных для маленьких детей. Они могут быть непреднамеренно проглочены детьми и застрять в желудке. Это может быть очень опасно, а в худшем случае, может привести к летальному исходу. Особая осторожность должна соблюдаться с мелкими

предметами, особенно батарейками, которые в диаметре 20 мм и более, поскольку выше вероятность, что они застрянут в пищеводе ребенка. Проглоченная литиевая батарейка, к тому же, может генерировать электрический ток от контакта с жидкостями в желудке. Это может привести к серьезным повреждениям, а, следовательно, потребуется неотложная медицинская помощь и незамедлительное ее извлечение.

#### Что делать, если Ваш ребенок проглотил мелкую деталь или кнопочную батарейку:

- немедленно обратиться к врачу или вызвать скорую помощь;
- в случае с батарейкой не позволяйте вашему ребенку пить или есть, пока рентген не определит наличие батарейки;
- если у вас есть упаковка от игрушки, мелких предметов, батареи или непосредственно само устройство или игрушка, часть которого была проглочена ребенком, возьмите их с собой, поскольку это поможет врачу идентифицировать проглоченный предмет, тип батареи или мелкой детали, ее химический состав.

### 2. Обращайте внимание на внешний вид и функциональность игрушек



При покупке игрушек обращайте внимание на их внешний вид, маркировку и следующие особенности конструкции, сборки:

- Игрушка и ее составные части, включая крепежные детали, должны выдерживать механические нагрузки, возникающие при использовании игрушки по назначению, при этом она не должна разрушаться и должна сохранять свои потребительские свойства.
- Доступные кромки, острые концы, жесткие детали, пружины, крепежные детали, зазоры, углы, выступы, шнуры, канаты и крепления игрушек должны исключать риск травмирования ребенка.

- Игрушка и съемные детали игрушки, предназначенной для детей в возрасте до 3 лет, а также игрушки, непосредственно закрепляемые на пищевых продуктах, должны иметь такие размеры, чтобы избежать попадания в верхние дыхательные пути.
- Игрушка со снарядами, выпускаемым при помощи пускового механизма, а также обладающий кинетической энергией снаряд, должны минимизировать риск травмирования ребенка и (или) лица, присматривающего за ним.
- Не допускается поверхностное окрашивание и роспись игрушек-погремушек и игрушек, контактирующих со ртом ребенка.
- На игрушках, не предназначенных для детей в возрасте до 3 лет, должно быть нанесено условное графическое обозначение с предупреждающим указанием возрастной группы.

### 3. Помните об опасности переворачивающейся мебели.



По международной статистике 34% детей забираются на мебель. Если шкаф, тумба, комод, телевизор, другая мебель или бытовая техника, тяжелые или бьющиеся предметы интерьера доступны детям, не устойчивы или не закреплены, есть высокий риск травмирования детей. Чаще всего получают травмы дети возрастной категории от 3 до 5 лет, однако статистика происшествий показывает, что пострадать могут даже младенцы. Следите, чтобы ребенок не мог самостоятельно открыть ящики комодов и шкафов, устанавливайте специальные замки и фиксаторы. Подробнее можно ознакомиться со специальным материалом на [государственном информационном ресурсе в сфере защиты прав потребителей](#).

### 4. Обратите внимание на особую уязвимость детей в цифровом мире



Современные дети - самая многочисленная (22,6 млн) и самая медийно активная часть социума. Современные дети родились и растут в домах, где зачастую есть два телевизора, планшет, смартфон, доступ в интернет, компьютер или ноутбук, игровая приставка и многое другое. Дети являются потребителями самых разных типов контента: ТВ, книги, журналы, брошюры, игры, музыка, кино, мультфильмы. Обращайте внимание, какой именно медиаконтент потребляют дети. С особой осторожностью относитесь к играм, игрушкам, медиаактивностям, эксплуатирующим детский азарт (детские казино, компьютерные игры с покупками и пожертвованиями). Учтите, что если к приложениям в компьютере или телефоне привязаны банковские карты, то дети смогут самостоятельно приобрести и установить практически любой контент, в том числе не предназначенный для них и имеющий ограничения по возрасту.

## О ДЕЗИНФЕКЦИИ МОБИЛЬНЫХ УСТРОЙСТВ

Мобильный телефон, который мы практически не выпускаем из рук (причём в самых разных местах), может являться одним из главных источников бактерий и вирусов – возбудителей самых различных инфекций.

### **Почему это происходит? Есть несколько основных причин:**

- мобильный телефон часто передаётся из рук в руки, да и владелец телефона далеко не всегда берёт его только что помытыми руками;
- мобильный телефон при разговоре подносится совсем близко к лицу;
- многие владельцы гаджетов просто никогда их не чистят, боясь повредить;
- многие берут мобильные телефоны с собой в туалет – место очень «богатое» различными возбудителями.

Особо важную роль может сыграть мобильный телефон как переносчик возбудителей гриппа, других вирусных респираторных инфекций и, в частности, коронавирусной инфекции COVID-19.

### **Как избежать инфекции?**

Первое: строго соблюдать гигиену рук – после посещения общественных мест и туалета всегда тщательно мыть руки в течение 20 секунд, после чего насухо вытирать их одноразовым бумажным полотенцем. Крайне целесообразно иметь при себе антисептические салфетки или жидкие средства (гели, спреи и др.). Так всегда можно поддерживать чистоту рук даже при отсутствии возможности их вымыть.

Второе: регулярно обрабатывать сам телефон антисептическими средствами, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол – то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно (а лучше вообще обходиться без него).

Для борьбы с вирусами гриппа и ОРВИ (и коронавирусами) лучше всего использовать салфетки и гели на основе спирта. Популярный антисептик хлоргексидин больше предназначен для защиты от бактерий, но в крайнем случае можно использовать и его.

Телефон следует обрабатывать после каждого посещения публичных мест, общественного транспорта и т. д. И обязательно – вечером, после окончания рабочего дня.

Источник:

<https://rospotrebnadzor.ru/>