

У ребёнка болит живот: что делать?

КИШЕЧНАЯ ИНФЕКЦИЯ

Кишечные заболевания вызывают различные вирусы, бактерии или простейшие. Возбудитель попадает в организм ребёнка через рот с немытыми руками, через загрязнённые продукты или предметы гигиены.

Наиболее частые возбудители: ротавирус, норовирус, кишечная палочка, сальмонеллы, клостридии, стафилококки, аденовирус, шигеллы

СИМПТОМЫ:

- рвота, тошнота
- диарея, частый стул
- боли и спазмы в животе, вздутие
- повышение температуры до 38-39 градусов
- вялость, слабость
- снижение аппетита
- обезвоживание
- боли в мышцах и голове



ЧТО ДЕЛАТЬ

- ✓ давайте ребёнку пить воду, чтобы избежать обезвоживания
- ✓ не занимайтесь самолечением! немедленно обратитесь к врачу
- ✓ не давайте противодиарейные препараты - они препятствуют выводу токсических веществ
- ✓ соблюдайте диету, не рекомендуется употреблять сырые овощи и фрукты, молочные продукты и хлеб

КАК ИЗБЕЖАТЬ

- ✓ тщательно мойте руки перед каждым приёмом пищи
- ✓ пейте кипячёную или бутилированную воду
- ✓ мойте овощи и фрукты перед едой
- ✓ отдавайте предпочтение блюдам, прошедшим термообработку - варёным, жареным, запечённым
- ✓ обращайте внимание на сроки годности и соблюдение условий хранения продуктов

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ



Подробнее на
www.rospotrebnadzor.ru

МЕТОДИКА МЫТЬЯ РУК



1. СНИМИТЕ УКРАШЕНИЯ,
ЗАКАТАЙТЕ РУКАВА



2. СМОЧИТЕ РУКИ
В ТЕПЛОЙ ВОДЕ



3. НАМЫЛЬТЕ РУКИ



4. ПРОМОЙТЕ
С ТЫЛЬНОЙ СТОРОНЫ



5. ПРОМОЙТЕ МЕСТА
МЕЖДУ ПАЛЬЦАМИ



6. ОТДЕЛЬНО ПРОМОЙТЕ
БОЛЬШИЕ ПАЛЬЦЫ



7. ПРОМОЙТЕ СКЛАДКИ
И КОЖУ ПОД НОГТЯМИ



8. РАСТИРАЙТЕ
ЦЕНТР ЛАДОНЕЙ



9. ОБИЛЬНО ОПОЛОСНИТЕ



10. ПРОСУШИТЕ

КОГДА МЫТЬ?

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
- После 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 ДО И ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ