***Консультація для батьків.***

**Що таке коронавірус?**

**Коронавіруси** – це сімейство вірусів, які переважно вражають тварин, але передаються і людині. Зазвичай захворювання, які викликаються корона- вірусами, перебігають в легкій формі, не викликаючи тяжкої симптоматики.

Як передається коронавірус?

* Повітряно-крапельним шляхом (під час чхання, кашлю, розмови)
* Контактно-побутовим шляхом (предмети вжитку, через рукостискання)
* Повітряно-пиловим шляхом (з частинками пилу у повітрі)

Основні симптоми коронавірусу.

Симптоми можуть проявитися на 14 день після контакту з інфекційним хворим. Симптоми багато у чому схожі з багатьма респіраторними захворюваннями, часто імітують звичайну застуду, можуть походити на грип.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Симптоми | Коронавірус | Грип | Застуда |
| Сухий кашель | +++ | +++ | + |
| Температура | +++ | +++ | - |
| Нежить | - | ++ | +++ |
| Біль у горлі | ++ | ++ | +++ |
| Задишка | ++ | - - | - - |
| Головний біль | ++ | +++ | - |
| Біль у м’язах | ++ | +++ | +++ |
| Чхання | - - | - - | +++ |
| Кволість | ++ | +++ | - - |
| Пронос | - | ++ | - - |

+++ Часто ++ Іноді + Мало - Рідко - - Немає

Джерело: ВООЗ, Центр з контролю та профілактики захворювань США

Профілактика коронавірусної інфекції.

Утримайтесь від відвідування громадських місць: транспорту, торгових центрів, спортивних заходів, музеїв тощо.

Ні в якому разі не торкайтесь брудними руками обличчя, очей, рота.

Часто і ретельно мийте руки з милом, протирайте їх антисептичними спиртовмісними засобами.

Користуйтеся тільки індивідуальними предметами особистої гігієни (рушник, носовичок, зубна щітка, мило).

При кашлі або чханні прикривайте рот серветкою або зігнутим ліктем.

Обмежте по можливості при вітанні рукостискання та обійми.

Обробляйте поверхні дезінфікуючими розчинами.

Живучість коронавіруса на різних поверхнях:

|  |  |
| --- | --- |
| - пластик – 5 днів;  - алюміній – 2-8 годин;  - сталь – 48 годин;  - хірургічні рукавички – 8 годин; | - дерево – 4 дня;  - скло – 4 дня;  - папір – 4-5 днів. |

Використовуйте одноразові медичні маски. Маска запобігає попаданню в організм здорової людини крапель респіраторних виділень, які можуть містити віруси, через рот, ніс. Надівайте маску, якщо ви хворі або у вас є симптоми вірусного респіраторного захворювання або, коли ви доглядаєте членів родини з симптомами вірусного захворювання. Носіть маску і в людних місцях. Використовувати маску можна тільки одноразово. Міняти маску потрібно кожні 2 години. Після використання маску необхідно викинути і ретельно вимити руки.

**Бережіть себе! Залишайтеся вдома!**

***Пам’ятка.***

**Техніка миття рук з милом і водою.**

Звичайні правила особистої гігієни зараз набувають серйозніший зміст.

Так, спеціалісти запевняють, що правильне миття рук мінімізує ризики зараження китайським корона вірусом, який розповсюджується по світу.

*«Гігієна рук – найважливіша міра, що дозволяє уникнути передачі потенційно шкідливих мікроорганізмів та попередити розповсюдження інфекцій, пов’язаних з наданням медичної допомоги…»*

За словами спеціалістів, мити руки слід регулярно, не шкодуючи на це часу (40-60 секунд). Для миття слід використовувати мило та воду.

Головна задача, розказати дитині, що на наших руках дуже багато мікробів і їх треба обов’язково ліквідувати!

Хочемо нагадати, як правильно мити руки:

0. Намочіть руки водою.

1. Нанесіть стільки мила, щоб воно покривало всю поверхню рук.

2. Потріть одну долоню об іншу.

3. Правою долонею розітріть тильну поверхню лівої кисті, переплітаючи пальці, і навпаки.

4. Переплетіть пальці, розтираючи долонею долоню.

5. З’єднайте пальці в “замок», тильною стороною зігнутих пальців розтирайте долонь іншої долоні.

6. Охопите великий палець лівої руки правою долонею і потріть його круговими рухами; поміняйте руки.

7. Круговими рухами в напрямку вперед і назад зімкнутими пальцями правої руки потріть ліву долоню; поміняйте руки.

8. Обполосніть руки водою.

9. Ретельно висушіть руки одноразовим рушником.

10. Використовуйте рушник для закриття крану.

Тепер ваші руки безпечні!

**Дослідницька гра «Фокус»**

Познайомити дитину з тим, як мило впливає на шкідливі мікроорганізми, можна за допомогою фокуса.

Для цього знадобиться:

* Вода
* Перець мелений
* Рідке мило
* Ватна паличка

Хід роботи:

Висипаємо в тарілку з водою мелений перець (це будуть наші бактерії).

Беремо ватну паличку, змочуємо у рідкому милі і занурюємо в тарілку з нашими «бактеріями» - вони ліквідовані!

Якщо ваша дитина не любить мити руки з милом, то обов’язково пограйте з нею в цю гру!