**Скоро в школу**

**В первую очередь, ребёнок, идущий в школу, должен быть здоров.**
Здоровый ребёнок – это не только ребёнок, у которого **нет острых и хронических заболеваний**, в понятие «здоровье» входит и **гармоничное физическое и психическое развитие, работоспособность**.

**Профилактика инфекций у детей**

В период интенсивной подготовки к учёбе, **самое время вспомнить о мерах профилактики.**

**Специфическая профилактика подразумевает вакцинацию.**

Для этого нужно **свериться с Национальным календарём профилактических прививок**, согласно которому дети должны быть привиты против 12 инфекций: кори, краснухи, эпидемического паротита,дифтерии, столбняка, коклюша, туберкулёза, гепатита В, гемофильной и пневмококковой инфекций, полиомиелита, гриппа. При этом все основные комплексы иммунизации заканчиваются до 7 лет, поэтому родителям будущих первоклассников стоит проверить наличие всех необходимых прививок до выхода в школу.

Против гриппа прививка делается ежегодно осенью всем детям в связи с актуализацией состава вакцин.

Прививки против гриппа можно совмещать с другими прививками Национального календаря (кроме прививок против туберкулёза).

Родителям детей 6-7 лет и 14 лет не стоит пропускать очередные ревакцинации, чтобы сохранить на долгие годы сформированный иммунитет против инфекций.

Кстати, ежегодно школьникам проводят пробы Манту или Диаскинтест - это не прививки, а метод ранней диагностики туберкулёза. Очень важно выявлять заболевание на ранних стадиях, так как органы и ткани разрушенные туберкулёзом не возможно восстановить. Надо помнить, что туберкулёз (особенно у детей) бывает не только легочный, инфекция может поражать костную, лимфатическую, мочеполовую и центральную нервную системы.

**Существуют и неспецифические меры профилактики**, которые включают, прежде всего, соблюдение основных санитарно-гигиенических правил:
**Напомните ребёнку о том, что необходимо регулярно мыть руки:** после улицы, перед едой, после посещения туалета. Мыть руки следует тщательно, с мылом, не менее 20–30 секунд. Приучите ребёнка следить за чистотой ногтей.
**Пить следует только из своей чашки или бутылки для воды.** Не нужно брать у других детей использованные столовые приборы и делиться своими.
**Нельзя пить воду из-под крана:** лучше носить в рюкзаке бутылку с чистой питьевой водой.
**При чихании и кашле** нужно прикрывать нос салфеткой или платком.
По возможности ребёнку**следует избегать близкого контакта с людьми, у которых есть признаки заражения.**
Не нужно меняться шарфами, шапками или какой-либо одеждой с другими детьми.
Ещё один важный момент –**научите ребенка своевременно обращаться за помощью к взрослым** по поводу травм, укусов, недомогания.
**Если у ребёнка появились признаки инфекции,** отправлять его в школу нельзя.

Выполняйте все рекомендации медицинских работников и будьте здоровы!

#роспотребнадзор
#санпросвет