



Medisept
Biuro prasowe
21 września 2017, Lublin

MEDISEPT
Prawdziwa dezynfekcja

Jak nauczyć dziecko dbać o zdrowie

W przedszkolu i szkole zarazki wyjątkowo łatwo się roznoszą. Chore dzieciaki zarażają swoich kolegów, a często także młodsze rodzeństwo i innych członków rodziny. Kiedy rodziców nie ma w pobliżu, dziecko musi samo dbać o swoje zdrowie i higienę. Jak można mu to ułatwić?

Odpowiednie nawyki

Dziecko powinno wynieść dobre nawyki dotyczące dbania o higienę z domu. Regularne mycie rąk po spacerze, przed posiłkiem, po zabawie z psem sprawi, że czynność ta będzie dla dziecka naturalna i nie będzie zastanawiać się nad jej wykonaniem. To szczególnie ważne, ponieważ spędzając kilka godzin dziennie w szkole lub przedszkolu, będzie musiało zupełnie samodzielnie zadbać o swoją higienę, a co za tym idzie – zdrowie. W wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym wrasta ryzyko zarażenia chorobami wirusowymi, takimi jak odra, ospa wietrzna lub różyczka. Często dochodzi także do infekcji górnych dróg oddechowych. Czynności takie jak mycie rąk, zasłanianie ust podczas kichania i kasłania czy unikanie dotykania twarzy w miejscach publicznych powinny więc być dla niego odruchowe.

Pierwsze oznaki choroby

Niechęć opuszczania zajęć szkolnych powoduje, że rodzice czasami posyłają swoje dzieci do szkoły mimo pierwszych oznak choroby. Nie wolno ignorować lekkiego kataru ani bólu gardła. Lepiej, aby uczeń podkurował się dwa dni w domu, niż później ominął cały tydzień lekcji. Dzięki temu zmniejszy się też szansa na to, że zarazi rówieśników. Taka reakcja łańcuchowa jest typowa w szkołach i przedszkolach. Sprzyja temu przede wszystkim duże nagromadzenie ludzi, niższa odporność systemu immunologicznego dzieci, a także mała świadomość na temat prawidłowego dbania o higienę. Warto także nauczyć pociechę rozpoznawania pierwszych objawów choroby.

Zdrowa wyprawka

Aby ułatwić dziecku prawidłowe przestrzeganie zasad higieny, dobrze jest przygotować dla niego specjalną wyprawkę. W plecaku powinny się znaleźć mokre chusteczki, zwykłe chusteczki higieniczne oraz kilka plasterków opatrunkowych. Oczywiście dla malucha – a co dopiero dla starszaka – nie są to zbyt ciekawe gadzety. Można jednak na różne sposoby je uatrakcyjnić – kupić chusteczki w samochodzie, plastry w zwierzątku albo ładny pokrowiec, który posłuży za mini-apteczkę. W takim podręcznym zestawie powinien się także znaleźć spray do dezynfekcji rąk. – *Nasze dłonie to największy nośnik zarazków. Aż 80% wszystkich infekcji wywoływanych jest przez niedostateczną higienę rąk. Częste mycie i dezynfekcja rąk, zwłaszcza w takim sprzyjającym zarazkom miejscu, jakim jest szkoła, może mieć zbawienny wpływ na zdrowie i uchronić dzieciaki przed infekcjami, w tym*



Medisept
Biuro prasowe
21 września 2017, Lublin

MEDISEPT

Prawdziwa dezynfekcja

również grypą, nawet w okresie najczęstszych zachorowań – tłumaczy lek. epidemiolog Waldemar Ferschke, v-ce prezes firmy Medisept.

Same plusy

Bycie zdrowym jest po prostu przyjemniejsze niż chorowanie – trzeba tylko faktycznie przekonać do tego dziecko. Kiedy koledzy chorują w domach, na nie czeka mnóstwo atrakcji – wycieczka do kina, na basen, do zoo czy na nowy plac zabaw. Najpierw powinno uświadomić sobie, że samo woli być zdrowe, a następnie – że jego zdrowie w dużej mierze zależy właśnie od niego.

Medi-Sept Sp. z o.o. to jeden z największych producentów kompleksowych rozwiązań w zakresie utrzymania higieny i jedyny polski producent środków do dezynfekcji na rynek profesjonalny i detaliczny.