**Коронавирус и родители: как обезопасить своих детей?**

Родители беспокоятся, когда дети заболевают простудой или ОРВИ. Но что делать, если в мире появился новый вирус, который намного опаснее гриппа? Важно с серьезностью отнестись к здоровью своего малыша. Соблюдать все необходимые меры безопасности.

***Как распознать Covid-19***

У нового вируса так же, как и у других болезней, есть свои симптомы. Вот все, что необходимо знать родителям о коронавирусе:

1. Все симптомы появляются внезапно. Это самое основное отличие нового вируса от простуды или ОРВИ.
2. Повышается температура тела. Она была выявлена у 90% заразившихся. Обычно температура варьируется от 37,5 градусов до 39.
3. Начинается сухой кашель с отхождением мокроты.
4. Ребенок очень ослаблен, ему трудно встать с кровати.
5. В 10% случаев у зараженных наблюдалась тошнота и диарея.

***Какие меры безопасности соблюдать – памятка для родителей***

Родителям нужно знать все профилактические меры, чтобы обезопасить своего ребенка.

Вот необходимые **памятки** по коронавирусу для родителей:

1. Соблюдать гигиену: мытье рук, влажная уборка в доме с дезинфицирующими средствами.
2. Тщательно следить за состоянием ребенка. Несколько раз в день мерить температуру. При подозрениях на простуду или ОРВИ вызывать врача на дом.
3. Давать ребенку свежие овощи и фрукты, богатые витаминами.
4. Избегать мест большого скопления людей. По возможности оставаться дома с малышом и не выходить без острой надобности.
5. Чаще проветривать квартиру.
6. Каждый член семьи должен использовать индивидуальные средства гигиены.
7. Не включать новостные каналы, если малыш находится рядом.
8. Разговаривать с ребенком о коронавирусе. Рассказывать обо всех мерах профилактики. Но ни в коем случае не пугать его.

***Как обезопасить ребенка в детском саду***

Сейчас сады работают в обычном режиме, но соблюдая все правила профилактики от вирусных заболеваний, в том числе коронавируса .

Но как обезопасить свое чадо, если он каждый день контактирует со множеством других детей?

**Вот информация о коронавирусе для родителей в детском саду:**

* Воспитатели разговаривают с детьми о правилах гигиены. В детском саду регулярно моем руки и у каждого малыша есть индивидуальное полотенце.
* В группе регулярно протирают все игрушки и поверхности с дезинфицирующими средствами. Делается влажная уборка и проветриваются игровая комната и спальня.
* Рекомендуем не посещать детский сад при наличии симптомов гриппа или ОРВИ, но с предварительной консультации врача.

Важно! Регулярно и деликатно общайтесь со своим ребенком, узнавайте, как у него дела, не беспокоит ли что-то?

***Как объяснить ребенку, что такое коронавирус.***

Очень важно не допускать того, чтобы дети чувствовали беспокойство. Расскажите о происходящем спокойно. Опирайтесь на возрастные особенности малыша. Не врите – будьте честны со своим чадом. Скажите, что этот вирус похож на простуду. Обязательно поясните, что в стране делается все необходимое, чтобы мы скорее выздоровели. А также расскажите о правилах гигиены, и почему так важно их соблюдать.

Совет! Используйте игровые и развлекательные методики (игры), не объясняйте ребенку лоб-в-лоб,

насколько мир ужасен.

Помните, что родителям про коронавирус необходимо знать все. Это нужно, чтобы обезопасить своих детей. Соблюдайте профилактические меры и болезнь вас не настигнет.

Будьте здоровы!