Снова в школу...

Наступила долгожданная пора, наши ребятишки обратно сели за свои парты. А вместе с тем, нам родителям следует побеспокоиться знает и помнит ли ребенок меры профилактики респираторных заболеваний, а именно меры безопасности коронавирусной инфекции. В первую очередь ребенку нужно объяснить о важности соблюдение правил личной гигиены, это мытье рук с мылом, после прихода из улицы, посещения общественных мест, перед принятием пищи. Немало важно рассказать ребенку о важности социальной дистанции, так как потоки воздуха от больного человека могут распространять инфекцию в радиусе 1-1,5 метров.

Все мы знаем, что любое заболевание лучше предупредить, чем лечить. А соблюдение правил здорового образа жизни в Вашей семье, а именно правильного питания, соблюдения режима сна и отдыха, двигательной активности и закаливания, поможет снизить риск любого заболевания.

Главный врач Е.В.Шейбак

Валеолог Н.И.Юреня