



Вторая половина декабря проходит под знаком подготовки к веселым новогодним праздникам. Ребенок с удовольствием ожидает утренник в детском саду или в школе. И конечно же – подарки и сказочное представление на елке, куда родители уже заранее приобрели билеты. А родители? Они помнят, что в декабре особая атмосфера. Не только праздничная – но и насыщенная вирусами.

6 советов, как уберечь детей от инфекции на новогодних ёлках

1. Укрепить иммунитет

Новый год – праздник, в первую очередь, для детей. Конечно же, родители стараются разнообразить новогодний досуг своего ребёнка: ёлки, экскурсии, театры, кино... А там, где много людей, – большой риск подхватить инфекцию.

Чтобы болезни не испортили каникулы вашему ребёнку, постарайтесь в это время укрепить его иммунитет: правильно питаться, давать витамины, чаще гулять на природе. Катание на коньках, санках, лыжах, прогулки по заснеженному парку только прибавят положительных эмоций.

2. Не есть приготовленную на месте еду

Не торопитесь покупать ребёнку на ёлках угощение, приготовленное тут же и не имеющее упаковки (имеется в виду сладкая вата, пирожки и т.п.). Качество и безопасность таких продуктов не гарантированы.

Лучше заранее позаботиться о том, чем ребёнок может подкрепиться, и о том, чем продезинфицировать ему руки перед перекусом.

3. Брать воду с собой

Дети на праздниках участвуют в подвижных конкурсах, играх, танцуют, а поэтому важно предусмотреть, что ребёнок захочет пить. Возьмите с собой воду из дома или заранее купленную в магазине бутылку.

4. Обратить внимание на одежду

Как правило, в больших залах, где проходят ёлки, бывает прохладно, в холлах, где водят хоровод, могут быть сквозняки. Чтобы ребёнок не замёрз в тонком карнавальном костюме, возьмите с собой тёплую одежду. В камерных же залах наоборот бывает тепло, поэтому у ребёнка должна быть возможность снять что-то из одежды, чтобы не вспотеть.

5. Контролировать количество и качество съеденных конфет

Практически на всех ёлках и утренниках детям вручают сладкие подарки. Убедитесь, что сладости в нём не просрочены, а их упаковка не нарушена. Контролируйте количество съеденных ребёнком конфет. Помните, что шоколад противопоказан детям до 3 лет, а вместо карамели лучше дать зефир или пастилу.

6. Болеть лучше дома

Не стоит идти на мероприятие, если ребёнок плохо себя чувствует – это может обернуться осложнениями. К тому же Вы можете подвергнуть риску заболевания других детей.