

Правила родителям



- Родителям в сезон простудных заболеваний нужно взять на заметку следующие правила:
- ***больше времени проводите с детьми на свежем воздухе**
- ***регулярно проветривайте квартиру и мойте полы**
- ***пользуйтесь увлажнителем воздуха**
- ***по возможности не используйте электрических и других дополнительных обогревателей** (температура воздуха в квартире должна быть около 20° С, влажность воздуха — 50–70 %; сухой, теплый и неподвижный воздух отапливаемых помещений вызывает пересыхание слизистых оболочек верхних дыхательных путей — а это открывает вирусу дорогу в организм.
- ***учите ребенка не тянуть руки к лицу и регулярно их мыть**