Рекомендации медицинского работника

Первый раз, отдавая своего малыша в детский сад, практически все родители сталкиваются с одной и той же проблемой: ребенок начинает чаще болеть.
Как же можно обеспечить крепкое здоровье детей в детском саду и избежать частых простудных или инфекционных заболеваний?
Слабое здоровье детей в детском саду всегда было большой проблемой. Ребенок, в первый раз попадая в детский сад, оказывается в довольно агрессивной вирусно-микробной среде, в коллективе могут находиться дети с простудой, насморком и т. д.
А потому в детском саду ребенок часто оказывается под угрозой заболеваний.
Чтобы улучшить здоровье детей в детском саду, нужно соблюдать простые правила. Для начала, если ребенку только предстоит поступить в детский сад, нужно заняться укреплением его иммунитета.
Так, нужно давать ребенку гулять на свежем воздухе, обеспечивать содержание в ежедневном рационе ребенка всех необходимых витаминов и минеральных веществ.
Ребенку не нужно создавать «тепличные условия», пытаясь всячески его от малейшего влияния окружающей среды. Это значит, что ненужно чрезмерно кутать ребенка во время прогулок, не нужно создавать в доме «стерильную чистоту». Лучше давать ребенку побольше быть с другими детьми (это полезно и в плане социального развития), регулярно проводить закаливающие процедуры.
Здоровье детей в детском саду зависит не только от состояния иммунитета, но, оказывается, еще и от того, насколько малышам психологически комфортно в стенах дошкольного учреждения. Если ребенок идет в сад со слезами, если никак не может привыкнуть к коллективу, то и на его здоровье это скажется не лучшим образом.
Поэтому адаптации ребенка в детском саду следует уделить особое внимание .
Надо подготовить малыша к первому походу в детский сад: рассказать, как весело он сможет провести там время, как сможет поиграть с другими детьми.
Чтобы быть в полной уверенности, что здоровье детей в детском саду не пошатнется, лучше всего еще до поступления в сад пройти с ребенком медицинский осмотр. Во время осмотра врач определит, здоров ли ребенок, нет ли у него признаков какого-либо начинающегося заболевания. Если иммунитет ребенка ослаблен после болезни, то лучше дождаться, когда иммунитет окрепнет, а уже потом вести малыша в детский сад.
Часто здоровье малышей в детском саду страдает от того, что родители приводят в группу заведомо больного ребенка. Такое поведение родителей чревато заражением других детей в коллективе и осложнением течения заболевания собственного ребенка. По возможности заболевшего ребенка нужно оставлять дома.
Правда, и перестраховываться, держа ребенка дома по 3-4 недели при малейшем подозрении на простуду, тоже не стоит. Дело в том, что за это время в детском коллективе появятся уже новые вирусы и микробы, а потому ребенок рискует вновь заболеть сразу же после первого посещения детсада.
Здоровье детей в детском саду — это ответственность не только персонала детского сада, но и родителей. Общими усилиями нужно постараться создать детям все условия для правильного и здорового развития.