

Обычная простуда

Уважаемый родитель или опекун:

Ваш ребенок может болеть простудой несколько раз в год. Простуда – это легкое заболевание верхних дыхательных путей, вызываемая вирусом. Маленькие дети могут болеть простудой 5-6 раз в год. Дети, больные простудой, обычно не должны оставаться дома и пропускать школу, если у них нет температуры. Если ребенок чувствует себя слишком плохо, чтобы участвовать в обычных занятиях, он должен оставаться дома.

Симптомы

Простуда может длиться до 2 недель. Симптомы включают в себя:

- Насморк или заложенность носа.
- Кашель.
- Чихание.
- Боль в горле.
- Небольшое повышение температуры.
- Воспаление гланд.
- Заложенность ушей.
- Прозрачные, желтые или зеленые слизистые выделения.
- Легкие боли.
- Небольшое повышение температуры.

Распространение

Вирусы простуды распространяются через воздух в результате кашля и чихания. Вирусы простуды могут также распространяться через руки и поверхности.

Диагностика и лечение

Лечения от обычной простуды нет. Антибиотики при простуде неэффективны. Для облегчения симптомов отдыхайте и пейте много жидкости.

Профилактика

Лучший способ предотвратить распространение простуды – хорошая гигиена:

- Часто и тщательно мойте руки теплой водой с мылом. Не обязательно пользоваться антибактериальным мылом.
- Научите детей прикрывать рот локтем или платком во время кашля и чихания.
- Выбрасывайте платок после каждого использования.
- Мойте руки после использования платка.
- Не трогайте глаза, рот и нос.

Узнать больше

Для получения дополнительной информации обратитесь к врачу.