

ЖШС «Иштаев Е.А.» «Айгөлек+» жеке бөбекжайы

Ата-аналарға кеңес:

«Тұмаудың алдын-алу жолдары»

Медициналық қызметкер: А.Рысбаева

Тұмаудың алдын алу жолдары

Тұмау – ауа-тамшы жолы арқылы таралатын жұқпалы ауру. Баланың денсаулығын сақтау үшін төмендегі қарапайым ережелерді ұстаныңыз.

Ата-аналарға кеңес

Қолды сабынмен жиі жуыңыз.

Жөтелгенде немесе түшкіргенде ауыз бен мұрынды майлықпен немесе шынтақпен жабыңыз.

Үй-жайды және бөлмені жиі желдетіп, ылғалды тазалық жүргізіңіз.

Дәрумендерге бай, құнарлы тағамдармен тамақтандырыңыз.

Баланың жеткілікті мөлшерде су ішуін қадағалаңыз.

Күн тәртібін сақтап, жеткілікті ұйықтауына жағдай жасаңыз.

Күн сайын таза ауада серуендеңіз.

Бала ауырған жағдайда оны балабақшаға әкелмей, дәрігердің кеңесіне жүгініңіз.

Дәрігер ұсынған маусымдық екпелерді уақытында алыңыз.