

TRƯỜNG THSP MẦM NON HOA HỒNG
BỘ PHẬN Y TẾ HỌC ĐƯỜNG

**THÔNG TIN TUYÊN TRUYỀN, PHỐI HỢP VỚI PHỤ HUYNH
TRONG VIỆC CHĂM SÓC TRẺ NHỎ KHI THỜI TIẾT GIAO MÙA**

Thời tiết giao mùa như hiện nay, trẻ nhỏ dễ mắc phải một số bệnh do sự thay đổi nhiệt độ và độ ẩm, cũng như sự gia tăng của các tác nhân gây bệnh như vi khuẩn và virus. Bộ phận y tế học đường Trường THSP Mầm non Hoa Hồng cung cấp một số thông tin tuyên truyền, phối hợp với phụ huynh trong việc chăm sóc trẻ, cụ thể như sau:

1. Các loại bệnh thường gặp, triệu chứng và cách phòng ngừa

Bệnh	Triệu chứng thường gặp	Cách phòng ngừa
Cảm cúm	Ho, sốt cao, đau họng, nghẹt mũi, đau cơ thể, mệt mỏi	Cho trẻ rửa tay thường xuyên, tránh tiếp xúc với người bệnh; Giữ ấm cơ thể cho trẻ, tiêm phòng cúm định kỳ
Cảm lạnh	Hắt hơi, sổ mũi, đau họng nhẹ, ho khan	Giữ ấm, bảo vệ trẻ khỏi gió lạnh, cung cấp đủ nước và vitamin C
Viêm họng	Đau họng, khó nuốt, sốt nhẹ	Tránh để trẻ tiếp xúc với không khí lạnh, cho trẻ uống nước ấm, bổ sung dinh dưỡng, tăng cường sức đề kháng
Viêm phổi	Ho dai dẳng, khó thở, sốt cao, đau ngực	Giữ ấm cho trẻ, theo dõi các dấu hiệu hô hấp, đưa trẻ đi khám ngay khi có triệu chứng nghi ngờ
Tiêu chảy do virus	Tiêu chảy, đau bụng, nôn mửa	Đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm, rửa tay sạch sẽ cho trẻ trước khi ăn, tránh cho trẻ ăn các thực phẩm không đảm bảo vệ sinh
Hen suyễn	Khó thở, thở khò khè, ho vào ban đêm	Giữ ấm cho trẻ, tránh các tác nhân gây dị ứng và ô nhiễm không khí
Viêm tai giữa	Đau tai, sốt, hay quấy khóc, có thể chảy dịch từ tai	Giữ vệ sinh cho trẻ, tránh để trẻ bị cảm lạnh lâu ngày không điều trị, kiểm tra tai khi có dấu hiệu nhiễm trùng
Bệnh tay-chân-miệng	Mụn nước ở tay, chân và miệng, sốt, đau họng	Vệ sinh tay sạch sẽ, tránh tiếp xúc với người bệnh
Bệnh sốt xuất huyết	Sốt cao, đau cơ thể, đau mắt, phát ban, mệt mỏi	Diệt muỗi, tránh cho trẻ bị muỗi đốt, mặc quần áo dài

2. Công tác phối hợp

2.1. Gia đình cần thực hiện các biện pháp phòng ngừa nhằm bảo vệ sức khỏe của trẻ như sau:

- Giữ ấm cơ thể cho trẻ, đặc biệt là vào buổi sáng sớm và buổi tối khi trời lạnh. Đảm bảo trẻ mặc đủ quần áo giữ ấm cơ thể, đặc biệt chú ý đến các bộ phận dễ bị lạnh như tay, chân và cổ.

- Tăng cường sức đề kháng cho trẻ thông qua việc cung cấp cho trẻ chế độ ăn uống đầy đủ, cân đối (rau củ quả, trái cây tươi, các thực phẩm giàu vitamin C, D và protein); Đảm bảo trẻ uống đủ nước mỗi ngày.

- Dạy trẻ rửa tay sạch sẽ (đặc biệt là trước khi ăn và sau khi đi vệ sinh); Vệ sinh sạch sẽ môi trường sống xung quanh trẻ; Cho trẻ đeo khẩu trang khi ra ngoài.

- Giữ khoảng cách cần thiết và tránh tiếp xúc với người bệnh
- Đảm bảo cho trẻ ngủ đủ giấc (từ 8-12 giờ mỗi đêm tùy theo độ tuổi); Môi trường ngủ của trẻ thông thoáng, không quá nóng hoặc quá lạnh.
- Đảm bảo trẻ tiêm đủ các loại vắc xin phòng ngừa các bệnh như cúm, viêm phổi, viêm gan B, bạch hầu, ho gà... và thường xuyên theo dõi sức khỏe của trẻ.
- Nếu trẻ có dấu hiệu bất thường như ho kéo dài, sốt cao, khó thở, tiêu chảy hoặc đau bụng, cần đưa trẻ đến bác sĩ để khám và điều trị kịp thời.

2.2. Trong phạm vi và thời gian trẻ ở lớp, giáo viên cần thực hiện các biện pháp phòng ngừa nhằm bảo vệ sức khỏe của trẻ như sau:

- Giáo dục trẻ về vệ sinh cá nhân như rửa tay đúng cách (đặc biệt là trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh); Sử dụng khăn giấy khi trẻ bị sổ mũi, ho hoặc hắt hơi.
- Đảm bảo lớp học được vệ sinh sạch sẽ (đặc biệt là các bề mặt tiếp xúc nhiều như bàn, ghế, tay nắm cửa, đồ chơi); Mở cửa lớn hoặc cửa sổ nhỏ để không khí lưu thông, tránh lớp học quá ngột ngạt.
- Khi thời tiết lạnh, giúp trẻ mặc đủ ấm, ít sử dụng máy lạnh trong lớp học.
- Giáo viên giáo dục trẻ nhận thức về việc ăn uống đủ chất, đa dạng thức ăn để giúp cơ thể khỏe mạnh và tăng cường sức đề kháng; Đảm bảo trẻ luôn có nước uống trong lớp và khuyến khích trẻ uống đủ nước.
- Giáo viên cần chú ý đến những trẻ có dấu hiệu ho, sốt, hoặc mệt mỏi để có thể thông báo kịp thời cho phụ huynh. Nếu trẻ có triệu chứng bệnh, cô giáo cần khuyến khích phụ huynh cho trẻ ở nhà để gia đình và bác sĩ theo dõi, giúp trẻ nhanh chóng hồi phục.



Chúc các bé chăm ngoan và luôn vui, khỏe!