

# Рекомендации для родителей по профилактике пневмоний у детей

1. Регулярное проветривание помещений;
2. Влажная уборка помещений;
3. Частое мытье рук, умывание лица, промывание носа (можно аэрозоли с соленой водой, типа «Акварис» и подобных), полоскание рта и зева водой с пищевой содой или антисептическими растворами);
4. Полноценное питание, включающее, в том числе, мясо, рыбу, молочные продукты, умеренное количество животных жиров (сало, сливочное масло), фрукты, овощи;
5. Соблюдение теплового режим в помещении, использование одежды и обуви по погоде;
6. Применение поливитаминных препаратов. Для маленьких детей желательно принимать витамины в жидком виде. **Возрастная дозировка и продолжительность приема поливитаминов в соответствии с инструкцией к препарату!**
7. Изолируйте детей от больных ОРВИ и пневмонией в семье, постарайтесь уменьшить количество контактов детей в общественном транспорте, магазинах, и в других общественных местах.