

МБДОУ № 128

«Детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно-речевому направлению развития воспитанников»

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ**

**«Почему ребенок часто болеет в детском саду»**

Воспитатель: Носкова И.А.

Кемерово, 2021

Если ребенок пошел в сад, он поначалу будет болеть респираторными инфекциями чаще «домашнего» ребенка.

Ведь любая простуда вызывается вирусами

Также, когда ребенок начинает посещать дошкольное учреждение, на почве нервного напряжения ослабевает иммунная система. Ребенку может даже нравиться ходить в садик, он спокойно отпускает маму, но все равно в саду болеет.

Ведь детский сад – это нагрузка на нервную систему ребенка. Там много детей, которые все время шумят, там постоянно кипит какая-то деятельность, пусть даже интересная, но от этого не менее утомительная.

И в результате от постоянного перевозбуждения организм ребенка включает защитный механизм, и ребенок заболевает. Этот эффект можно свети к минимуму. Для этого время посещения детского сада надо увеличивать постепенно. Или есть другой вариант: делайте поначалу ребенку выходной в середине недели.

### **Что делать, если ребенок уже заболел?**

Основной диагноз наших деток в детском саду – ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция). Причина данного заболевания – вирус, который попал в организм ребенка. Залог успеха лечения вируса – не мешать организму вырабатывать антитела. Обычно за 5 дней организм успешно справляется с вирусом, и ребенок выздоравливает сам. Наша с вами задача создать условия, при которых организм сможет активно уничтожать вирус. Условия просты, запоминайте:

Частое проветривание комнаты – в замкнутом пространстве вирусы очень хорошо размножаются.

Температура в комнате должна быть 16-20 градусов. Ребенок должен быть одет тепло, дабы избежать переохлаждения.

Больше пить и меньше есть. Это важный пункт. При ОРВИ ребенку совершенно не хочется пить, а пить надо. Варите ребенку компоты – вкусно и полезно.

Воздух в комнате не должен быть сухим. Делайте частые влажные уборки, включите парогенератор, любыми методами повысьте влажность в комнате ребенка.

Окружите малыша теплотой и любовью

### **Что делать родителям, если их дети часто болеют?**

Профилактика и только профилактика. Прогулки на свежем воздухе, это самое важное правило для родителей, которые не хотят, чтобы их ребенок часто болел. На улице риск заразиться вирусной инфекцией минимален, в отличие от закрытого пространства. Не стоит забывать про свежий, прохладный и хорошо увлажненный воздух в комнате.

Информация с сайта: <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2021/02/07/kartoteka-ko>