

# Рекомендации для родителей



## «Профилактика кожных заболеваний у детей дошкольного возраста»

Подготовила:

**Пахтусова Ирина Леонидовна**

## **Рекомендации по профилактике кожных заболеваний у детей**

**У маленьких детей часто проявляется склонность к заболеваниям кожи, которые проявляются в виде диатеза, дерматита, аллергии и других нарушений кожного покрова. Врачами установлено, что профилактика и лечение заболеваний кожи – это осуществление комплексного подхода: медицинского оздоровительного и психологического**



**Очень важным аспектом является участие кожи в иммунологических процессах. Снижению иммунитета способствуют и такие хронические кожные заболевания, как экзема, псориаз и герпес. Вот именно поэтому так необходима профилактика кожных заболеваний и детям, и взрослым людям.**

**Особого внимания требуют уже существующие кожные болезни - экзема, дерматит, псориаз. К примеру, при таком заболевании, как дерматит атопический лечение и профилактика должны быть постоянными. Все зависит от стадии развития болезни и состояния организма больного.**

**Важно помнить, что любую болезнь легче предупредить, чем потом лечить. Это в большой мере относится к заболеваниям кожи.**



**Нужно помнить, что различные кожные симптомы (сыпь, покраснение, шелушение, зуд и т.п.) только видимое отражение серьезной патологии внутренних органов или центральной нервной системы, эндокринной системы или тяжелых системных болезней. Поэтому не стоит пренебрегать ими, а постараться как можно раньше выявить заболевание и излечить его.**

# Основные правила профилактики заболеваний кожи:

**1. Соблюдение чистоты кожи: мыть руки с мылом, часто купать ребенка.**



**2. Ношение дома и в группе легкой, гипоаллергенной, воздухопроницаемой одежды из натуральных тканей. Одежда должна соответствовать времени года и погоде, возрасту, полу, росту и пропорциям тела ребенка. Она не должна стеснять движений, мешать свободному дыханию, кровообращению, раздражать и травмировать кожные покровы. Носки носить обязательно, даже жарким летом. Одежда должна быть чистой, нижнее белье менять каждый день. Избегать укутываний.**



**3. Частое проветривание помещений и ежедневная влажная уборка.**

**4. Своевременная обработка ран, ссадин, не контактировать с больным.**



Правильная обработка раны позволит избежать инфицирования



**5. Ковры должны ежедневно очищаться пылесосом, периодически выколачиваться и протираться влажной щеткой.**

**6. Игрушки для детей должны мыться регулярно, а кукольная одежда стираться и**



**7. Смена постельного белья, полотенце проводится не реже 1 раза в неделю.**

**8. Внедрение в быт правил личной гигиены.**

**Индивидуальное пользование личными вещами и принадлежностями.**



**9. Повышение иммунитета детей: организация рационального сбалансированного питания, витаминизация, воздушные ванны,**



**закаливание, здоровый образ жизни (соблюдение режима дня, утренняя гимнастика, прогулка, занятия спортом).**

**10. Отсутствие чрезмерного влияния ультрафиолетовых лучей и активного солнца.**



**11. Использование защитных средств от солнца в летний период.**

**12. Маленьким детям для предотвращения трещин и зуда на коже используют разнообразные травы с легким противовоспалительным действием: ромашку, календулу, череду, шалфей.**

