

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, полотенец 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.

