

Консультацию для родителей
подготовила медицинская сестра: Пилипенко С.В.

«Организация оздоровления детей в ДООУ»

Основной контингент детей раннего и дошкольного возраста составляют дети второй группы здоровья (Д2) – это дети группы риска, не имеющие хронических заболеваний, но с функциональными отклонениями, часто болеющие (более 4-х раз в году), а так же дети в период выздоровления после некоторых острых заболеваний. Этот контингент детей даёт высокий уровень острых респираторных инфекций.

Факт поступления ребёнка любого возраста в детское учреждение часто является разрешающим для проявления уже имеющихся функциональных нарушений, обострению хронических заболеваний, увеличению числа острых заболеваний.



Лечебно-оздоровительные мероприятия с детьми второй группы здоровья проводятся в детской поликлинике, в условиях ДООУ и в семье. Врач ДООУ после осмотра ребёнка составляет план оздоровления детей групп риска на год с учётом рекомендаций участкового педиатра и врачей специалистов. Ряд назначений должны быть рекомендованы родителям и выполняться в домашних условиях: употребление фруктов, овощей, натуральных соков, ванны, закаливание, дыхательная гимнастика, занятия спортом (плавание, коньки, санки), ингаляции.



В основе оздоровительной заботы с детьми групп риска лежит щадящий режим в ДООУ.

1. Следует увеличить продолжительность дневного сна, обеспечить спокойную обстановку перед укладыванием.
2. Соблюдать назначенную диету (особенно это касается детей с аллергопатологией), дополнительно внести в домашний рацион фрукты и овощи.

3. Необходима правильная учебная нагрузка (можно временно освобождая детей от занятий, от обучения новому материалу, а потом в период реконвалесценции - заниматься индивидуально).
4. Шире использовать наглядный материал, необходима своевременная смена деятельности, чередование с отдыхом включать игровые и двигательные элементы, проведение физкультпауз.
5. Необходимо обеспечить благоприятный эмоционально - психологический климат (доброжелательная форма общения между детьми, исключать конфликтные ситуации).
6. Необходим индивидуальный подход, дозированные нагрузки.



7. Надо рационально сочетать $t^{\circ}\text{C}$ воздуха и одежду ребёнка.
8. Очень важно сквозное проветривание (5-7 минут минимум) в отсутствие детей (перед приходом детей, перед занятиями, перед возвращением с прогулки, после полдника).
9. Специальные закаливающие процедуры (контрастные обливания и тёплая вода – холодная вода – тёплая вода).
10. Хорошим средством закаливания является систематическое (но не чаще 3-х раз в день полоскание полости рта и горла водой комнатной $t^{\circ}\text{C}$ (полость рта – с 2-х – 3-х лет, горло с 4-5 лет).
11. Проведение противорецидивных курсов осенью (октябрь – ноябрь месяц), весной (март-апрель) по 2 недели.
 - А) витамины «А» и «С» щелочные ингаляции, ферменты, препараты Са, антигистаминные при обострении аллергических проявлений.
 - Б) фитонциды (лук, чеснок) в ингаляциях и в пище.
 - В) дыхательная гимнастика
 - Г) физиотерапия, массаж, лечебные коктейли.
 - Д) санация носоглотки и кариозных зубов.
 - Е) оксалиновая мазь в предэпидемический и эпидемический период по гриппу и ОРИ.

Показателями проведения оздоровительных мероприятий является

- ✚ Снижение кратности острых заболеваний до 3-х и менее случаев
- ✚ Положительная динамика ростовых показателей
- ✚ Стойкая нормализация показателей функционального состояния организма (нормализация сна, аппетита, улучшение эмоционального состояния)
- ✚ Уменьшение числа пропущенных по болезни дней.