



RZECZPOSPOLITA POLSKA
Rzecznik Praw Dziecka
Marek Michalak

Warszawa, 6 listopada 2009 roku

**LIST DO
RODZICÓW I OPIEKUNÓW**

Skarżeni Państwo,

Jesień i zima to zawsze okres zwiększonej liczby zachorowań na choroby wirusowe, a co za tym idzie – szczególnej troski o zdrowie naszych dzieci. W tym roku ryzyko zachorowań i powikłań związanych z infekcjami wirusowymi jest wyższe – poza „zwykłą” grypą mamy bowiem do czynienia z grypą A/H1N1.

Służby sanitarne zapewniają, że w przypadku Polski nie ma – na szczęście – dużego zagrożenia nowym typem grypy. Nie możemy jednak lekceważyć niebezpieczeństwa zarażenia się dzieci nie tylko A/H1N1, ale też – częściej występującymi infekcjami wirusowymi.

Lekarze przekonują, że groźniejszy od nowych wirusów jest brak ostrożności i higieny osobistej, przez który dochodzi do zakażenia. Wykorzystajmy więc ten czas, by wpoić dzieciom podstawowe zachowania i nawyki higieniczne. Najważniejsze jest częste mycie rąk – nauczmy tego dzieci. Przypominajmy im też po wielokroć, że kichając należy zasłonić twarz chusteczką, a następnie nie chować jej do kieszeni, ale – wyrzucić do kosza na śmieci. W miarę możliwości należy unikać tłumów – zrezygnujmy więc na razie z chodzenia z dziećmi do kina czy zabierania ich na zakupy do supermarketów. Gdy ktoś z domowników zachoruje, nie zwlekajmy z wizytą u lekarza i ograniczmy kontakty chorego z dziećmi.

Wszystko to zalecenia podstawowe. Znajomość postępowania w sytuacji podwyższonego zagrożenia epidemiologicznego pomoże ochronić dzieci nie tylko przed A/H1N1, ale – każdej jesieni, przed „zwykłą” grypą. Zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa – również zdrowotnego – to nasz, dorosłych, obowiązek. Nie poddawajmy się więc sezonowej panice, ale wpójmijmy naszym dzieciom tych kilka prostych nawyków. To ważne.

z wyrazami szacunku
Marek Michalak