

**Materiał edukacyjny przygotowany przez  
Krajowy Punkt Centralny ds. Międzynarodowych Przepisów Zdrowotnych  
przy Zakładzie Epidemiologii NIZP – PZH  
w oparciu o rekomendacje CDC**

**WSKAZÓWKI DLA RODZICÓW JAK POSTĘPOWAĆ I ROZMAWIAĆ Z  
DZIEĆMI W PRZYPADKU PROBLEMÓW ZWIĄZANYCH Z GRYPĄ  
WYWOŁANĄ NOWYM WIRUSEM A/H1N1**

- Należy konsekwentnie podejmować działania mające na celu zwiększenie bezpieczeństwa dzieci.
- Należy rozmawiać z dziećmi, pytać o to czy słyszały o nowym wirusie A/H1N1 i odpowiadać na pytania na poziomie zrozumiałym dla nich.
- Należy poświęcać dzieciom wystarczającą uwagę, zadawać pytania, wyjaśniać wątpliwości i w ten sposób ograniczać ich niepokój.
- Nie zezwalać dzieciom na oglądanie zbyt wielu informacji na temat grypy w mediach, należy oglądać je wspólnie z nimi i wyjaśniać na bieżąco niezrozumiałe kwestie.
- Trzeba poświęcać wystarczającą ilość czasu na zapewnienie dzieciom rozwoju przez naukę i zabawę
- Należy wyjaśnić co należy robić aby uniknąć zachorowania:
  - ❖ myć ręce mydłem co najmniej 20 sekund,
  - ❖ kaszleć i kichać w chusteczki,
  - ❖ być w odpowiedniej odległości od osób chorych (około 2 metrów),
  - ❖ zostać w domu w razie wystąpienia infekcji.
- W razie zamknięcia szkoły dopilnować, aby dziecko nie przebywało w grupach rówieśników, szczególnie w zamkniętych pomieszczeniach.

Materiał ten nie jest oficjalnym dokumentem władz administracyjnych