

## Upozornění pro rodiče

### Vážení rodiče, přispějte k odolnosti svých dětí.

V případě výskytu zdravotních obtíží u Vašeho dítěte

- respektujte potřeby svého dítěte
- spolupracujte s mateřskou školou
- chovejte se ohleduplně k ostatním.

Péčí o své dítě přispějete k odolnosti ostatních v kolektivu.

Infekční onemocnění dítěte probíhá v několika fázích:

### 1. Inkubační doba, předchorobí

Onemocnění je zahájeno nákazou, o které zpravidla nevíte. Následuje inkubační doba, na jejímž konci vypukne vlastní onemocnění. Tomu mohou předcházet první nespecifické příznaky – dítě je mrzuté, unavené, bez chuti k jídlu, teplota těla se může blížit 37°C.

- dítě je třeba sledovat, vynechat větší fyzickou zátěž, návštěvu bazénu či hromadné akce (kino atp.)
- měřit dítěti teplotu, sledovat stav kůže a nosohltanu
- pokud dítě nejí, dbát na dostatečný příjem tekutin
- pokud se rozhodnete druhého dne dítě přivést do kolektivu, informujte o svém podezření učitelku a sdělte, kdo bude tzv. v pohotovosti vyzvednout při zhoršení stavu dítě ze školky
- buďte připraveni na možnost přerušování docházky či pobytu dítěte v kolektivu.

Dítě může být infekční pro ostatní děti v kolektivu již na konci tohoto období. Školka je povinna při zjištění akutních obtíží dítěte dítě izolovat a ponechat mimo kolektiv pod dozorem zletilé osoby. Nevystavujte děti zbytečně dlouhému pobytu a zajistěte mu svou péči co nejdříve.

### 2. Vlastní onemocnění

Dítě již jeví známky onemocnění – nespecifické nebo i typické pro dané onemocnění. Pokud má dítě zvýšenou teplotu, zvracelo, mělo průjem, bolest hlavy, nově vzniklý kašel a rýmu, pak je již nemocné a nesmí do kolektivu.

- nespolehejte na to, že školka bude sledovat zdravotní stav jednotlivého dítěte, nemůže ani měřit teplotu
- nemocné dítě do školky nepatří
- řiďte se radami svého praktického lékaře pro děti a dorost
- dodržujte délku pobytu v domácí péči.

Jedině lékař určí, kdy je dítě již zdravé a jaká další omezení pro rekonvalescenci je nutno dodržovat.

### 3. Rekonvalescence

Infekční onemocnění často vedle oslabení organismu doznívá ještě vylučováním původce choroby (bakterie, viru, parazita) z těla dítěte. Například při onemocnění trávicího traktu, jež se projevovala průjmem, zvracením či pouze nevolností, dítě v rekonvalescenci může ještě několik dní vylučovat původce stolicí či močí. To klade vyšší nároky na dodržování nejen osobní hygieny, ale i na úklid prostředí. V kolektivu malých dětí je pak prakticky nemožné zabránit dalšímu šíření tohoto onemocnění, pokud se dítě po takovém typu onemocnění vrátí do školky předčasně. Malé děti často nemají dostatečně vštípené zásady osobní hygieny.

- jedině lékař určí délku rekonvalescence dítěte
- dodržujte jeho doporučení na omezení různých aktivit
- nevod'te dítě předčasně do kolektivu
- přizpůsobte režim a stravu aktuálnímu stavu dítěte
- pokud přetrvávají chronické příznaky, poraďte se s lékařem
- uče dítě hygienickým návykům.

Zátěž způsobená předčasným návratem k běžným aktivitám dítěte prodlouží dobu rekonvalescence a zhorší návrat dítěte k úplnému zdraví. Často je i příčinou opakovaného onemocnění dítěte.

MUDr. Blanka Kučerová  
ředitelka odboru hygieny dětí a mladistvých

MUDr. Zdeňka Jágrová  
ředitelka protiepidemického odboru