|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG MN TÂY HƯNG  **LỚP 3 TUỔI B** | *Tây Hưng, ngày 30 tháng 03 năm 2023* |

**Tuyên truyền về phòng bệnh cho trẻ trong thời điểm giao mùa**

Vào thời gian chuyển mùa, thời tiết tuy nắng ấm nhưng thỉnh thoảng có những đợt gió mùa làm tiết trời trở lạnh đột ngột. Đây là nguyên nhân khiến cho mọi người nhất là trẻ nhỏ rất dễ mắc các bệnh về đường hô hấp, đường tiêu hóa..

Giao mùa  là thời điểm số lượng trẻ ốm đau, nhập viện tăng do khí hậu thay đổi và thời tiết thuận lợi để các dịch bệnh bùng phát. Thêm vào đó sự nóng - lạnh đột ngột khiến cơ thể không thể điều tiết kịp thích ứng nên dễ dẫn đến sức đề kháng bị yếu đi, thời tiết sẽ chính là nguyên nhân gây nên một số bệnh như viêm họng, viêm phế quản, cảm cúm, … Đặc biệt, trẻ em là đối tượng có sức đề kháng kém, hệ miễn dịch chưa hoàn thiện, càng rất dễ mắc những bệnh nguy hiểm.

Tiết trời nóng lạnh thất thường  là điều kiện vô cùng thuận lợi cho các loại nấm mốc, vi khuẩn, siêu vi trùng sinh sôi; nhiều loại côn trùng truyền bệnh như ruồi, muỗi, chuột, gián, kiến, … cũng phát triển mạnh. Đây là nguồn lây nhiễm bệnh sốt xuất huyết và bệnh đường tiêu hoá rất nguy hiểm.

Ngoài các căn bệnh phổ biến như cảm cúm, sổ mũi, … thì các căn bệnh khác như viêm màng não mủ, bệnh sởi, thủy đậu, … cũng có nguy cơ trở thành một thứ bệnh dịch lưu hành. Những loại bệnh này hầu hết đều là những bệnh truyền nhiễm qua đường hô hấp và có những biểu hiện ban đầu gần giống như bệnh cảm cúm. Nếu như chúng ta không chú ý phân biệt chúng để có những biện pháp điều trị kịp thời và đúng đắn thì hậu quả sẽ vô cùng nghiêm trọng, thậm chí dẫn tới đe dọa tới sinh mạng của trẻ em.

Để phòng tránh các bệnh thường gặp vào thời điểm giao mùa các bậc phụ huynh cần làm những gì để phòng bệnh cho trẻ lúc giao mùa.

- Vệ sinh môi trường nhà ở sạch sẽ; cắt tỉa cây, cỏ, phát quang bụi rậm, khai thông cống rãnh, dọn dẹp phế thải, phun khử trùng cloraminB, hoặc các loại tẩy rửa thông thường.

- Nhận biết dấu hiệu các loại bệnh khi thời tiết giao mùa: Cảm cúm, tiêu chảy; sốt xuất huyết, đậu mùa, sốt vi rút, viêm đường hô hấp…. để phụ huynh nắm bắt và phòng tránh cho trẻ.

- Phối hợp với Ban giám hiệu  kiểm tra chặt chẽ  nguồn cung cấp thực phẩm phục vụ nuôi ăn bán trú đảm bảo an toàn vệ sinh dinh dưỡng, vệ sinh an toàn thực phẩm, điều chỉnh thực  đơn, đảm bảo đủ lượng và đủ chất dinh dưỡng trong khẩu phần ăn của trẻ ở trường, lớp.

- Cho trẻ ăn chín, uống sôi đồ ăn của trẻ cần được chế biến riêng đảm bảo chín kỹ và an toàn nhất. Không nên nấu nhiều, nên nấu đủ khẩu phần ăn của bé, không để bé ăn đồ ăn nấu lại là cách bảo vệ hệ tiêu hoá tốt nhất.

- Mặc quần áo phù hợp theo mùa thời tiết trong ngày thay đổi lúc nóng, lạnh thất thường vì thế phụ huynh cần chuẩn bị quần áo cho bé sao cho thật phù hợp. Nếu sáng bé đi học mẹ nên chuẩn bị áo khoác mỏng mặc cho bé và chuẩn bị quần áo cộc mặc khi thời tiết nóng.

- Xây dựng cho bé 1 chế độ ăn uống, sinh hoạt khoa học và lành mạnh; đeo khẩu trang khi ra ngoài trời.

- Hình thành cho trẻ những thói quen vệ sinh cơ bản: Rửa tay trước khi ăn, sau khi đi vệ sinh và khi tay bẩn.

- Ăn hết xuất,  ngủ đủ giấc.

- Khuyến khích bé chơi các trò chơi vận động tại gia đình.

Trên đây là một số biện pháp phòng tránh một số bệnh thường gặp khi thời tiết giao mùa. Nhà trường và nhóm lớp rất mong các bậc phụ huynh có những kiến thức cơ bản để chủ động chăm sóc trẻ khi thời tiết giao mùa.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **NGƯỜI VIẾT**  **Nguyễn Thị Lý** |