



СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ



✓ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ.

Несбалансированный рацион может привести к нехватке витаминов и питательных веществ.



✓ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ ПО ВОЗРАСТУ И ИНТЕРЕСАМ.

Физическая нагрузка снижает риск возникновения различных заболеваний и помогает поддерживать оптимальный вес.





✓ ХОРОШИЙ СОН.

Недостаток сна, особенно в периоды активного роста, негативно сказывается на иммунной системе и общем состоянии.

✓ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ

Нужно следить за эмоциональным состоянием ребёнка, поддерживать с ним открытую коммуникацию.





✓ ГИГИЕНА.

Дети, которые моют руки с мылом и поддерживают чистоту в доме, реже болеют инфекционными заболеваниями.

✓ ПРИВИВКИ.

Следование графику прививок обеспечивает ребёнку своевременно выработанный иммунитет против инфекционных заболеваний.





✓ РЕГУЛЯРНЫЕ ПОСЕЩЕНИЯ ВРАЧА.

Плановые посещения врача-педиатра помогают выявить и предотвратить развитие заболеваний и не пропустить отклонения в развитии.

✓ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕДИЦИНСКИЕ ОСМОТРЫ И ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ.

Они проводятся для раннего выявления патологических состояний, заболеваний и факторов риска их развития.

