

Памятка

Пользование носовым платком

В кармане у дошкольника всегда должен быть чистый носовой платок. С самого начала второго года жизни можно приучить ребенка к платку. Если малышу регулярно вытирать грязный нос, то после двух лет он будет просить об этом сам.

При насморке не следует заставлять ребенка сморкаться часто: воспаленная слизистая оболочка от частого сморкания еще больше раздражается. Важно научить детей правильно сморкаться, зажимая одну ноздрю, иначе слизь вместе с микробами может проникнуть в барабанную полость и вызвать воспаление среднего уха. Обучать этому нужно осторожно, не зажимая ребенку нос слишком сильно.

Неприятные резкие движения взрослых во время обучения гигиеническим навыкам, вызывающие у ребенка боль, – основная причина нежелания и даже сопротивления детей тому, чтобы приобщаться к гигиене.

