

Podstawowe zasady higieny osobistej ucznia



Pierwszą i najważniejszą wiedzę o higienie dziecko zdobywa w swoim domu rodzinnym. To rodzice, opiekunowie i inne osoby przebywające z dzieckiem uczą go, przekazują mu wiedzę higieniczno-zdrowotną. Szkoła nie zaczyna niczego od zera, gdyż dziecko przychodzi do szkoły już z pewnym zasobem wiedzy wyniesionym z domu rodzinnego. **RODZICU!** Jednym z czynników warunkujących zdrowie jest zachowanie higieny w życiu codziennym.

JAK KONTROLOWAĆ GŁOWĘ DZIECKA?



- ✓ Wszy są bardzo małe 2-3 mm i szybko się przemieszczają.
- ✓ Mogą zmieniać zabarwienie dostosowując się do koloru włosów.
- ✓ Jaja (gnidy) mają wielkość ok.1 mm i zazwyczaj są mocno przytwierdzone do nasady włosów w odległości 1-2 cm od skóry.
- ✓ Wszy potrafią żyć bez pożywienia nawet dwie doby.



- Wszy lubią bardziej wilgotne części skóry głowy, często dziecko w tych miejscach się drapie.
- Sprawdzaj głowę od tyłu, następnie za uszami aż do czoła.
- Rób przedziałki i przeczesuj głowę co 1-2 cm.
- Jeśli znajdziesz żywe wszy lub ich jaja zastosuj:

7 PROSTYCH KROKÓW W ZWALCZANIU WSZY

1. Sprawdź głowy całej rodziny – oni też mogli nabawić się wszy.
2. Wytłumacz swojemu dziecku, co go spotkało i jak będziecie sobie z tym radzić.
3. Koniecznie idź do apteki po specjalistyczny i bezpieczny preparat; stosuj się do zaleceń na jego ulotce.
4. Zrób generalne porządki w domu - wszy mogą być wszędzie: na pościeli, na meblach...
5. Leczenie powtórz po 7 dniach.
6. Poinformuj szkołę /np. wychowawcę/, jeżeli znajdziesz wszy.
7. Sprawdzaj często włosy. To zapobiega rozprzestrzenianiu się wszawicy.

...i po WSZYstkim