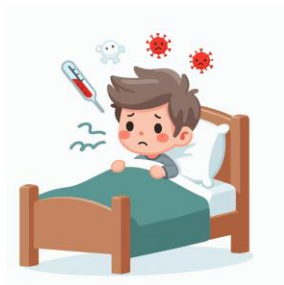


MONONUKLEOZA ZAKAŻNA – CO MUSZĄ WIEDZIEĆ RODZICE?

Mononukleozę zakaźną to choroba wirusowa, wywoływana przez wirus Epsteina-Barr (EBV). Jest nazywana „chorobą pocałunków”, ponieważ przenosi się głównie przez ślinę. Może jednak rozprzestrzeniać się także przez wspólne naczynia, zabawki, czy kontakt z zakażonymi powierzchniami.

OBJAWY:

- Ból gardła, powiększone migdałki
- Powiększone węzły chłonne
- Ogólne osłabienie, zmęczenie
- Wysypka (rzadziej)
- Wysoka gorączka



GDZIE MOŻNA SIĘ ZARAZIĆ?

- W miejscach publicznych (place zabaw, transport publiczny)
- Podczas dzielenia się jedzeniem i napojami
- Przy używaniu wspólnych przedmiotów higieny osobistej

JAK ZAPOBIEGAĆ?

- Naucz dziecko zasad higieny: częstego mycia rąk i unikania wkładania rąk do buzi
- Unikaj dzielenia się jedzeniem, sztuczkami i kubkami
- Dezynfekuj zabawki i powierzchnie, zwłaszcza w sezonie infekcji
- Wzmacniaj odporność dziecka poprzez zdrową dietę i aktywność fizyczną

WAŻNE: Choroba często przebiega łagodnie, ale może prowadzić do powikłań. Jeśli zauważysz objawy, skonsultuj się z lekarzem. W przypadku mononukleozy zalecany jest odpoczynek i unikanie intensywnego wysiłku fizycznego.

Zadbajmy razem o zdrowie naszych dzieci!