

## Jak chronić dzieci w czasie epidemii? Wywiad z Moniką Kacprzak

Kategoria: Wywiady

Opublikowano: sobota, 04, kwiecień 2020 11:31

Małgorzata Orłowska

Odsłony: 1429

---

Stan epidemii to czas niezwykle trudny nie tylko dla dorosłych ale też dzieci. Jak odpowiednio je chronić a także tłumaczyć zaistniałą sytuację? -Zachęcajmy też dzieci do zadawania pytań i wyrażania swoich obaw. Wiemy z doświadczenia w innych krajach, że dzieci i uczniowie, którzy dowiedzą się o metodach prewencji i kontroli rozprzestrzeniania się wirusa, są bardziej świadomi i mogą w przyszłości być lepiej przygotowani na ewentualną infekcję – mówi dr Monika Kacprzak, Rzeczniczka Prasowa UNICEF Polska.

### **UNICEF, WHO i Czerwony Krzyż opublikowały wytyczne dotyczące ochrony dzieci i szkół przed rozprzestrzenianiem się koronawirusa. Jak te wytyczne?**

**Monika Kacprzak:** Wytyczne zawierają praktyczne wskazówki dla nauczycieli, rodziców i dzieci. Obejmują także zalecenia dla władz krajowych i lokalnych, w jaki sposób dostosować i wdrożyć plany awaryjne dla placówek edukacyjnych.

W przypadku zamknięcia szkoły, wytyczne zawierają zalecenia mające na celu złagodzenie ewentualnego negatywnego wpływu na naukę i samopoczucie dzieci. Oznacza to, że należy wdrożyć plan zapewniający ciągłość edukacji. Można m.in. rozważyć możliwość nauki zdalnej przez platformy internetowe czy emisję treści edukacyjnych w radiu. Plany te powinny również obejmować niezbędne kroki w celu bezpiecznego ponownego otwarcia szkoły.

UNICEF zachęca szkoły, aby – niezależnie od tego, czy są otwarte czy zamknięte – zapewniły uczniom pełne wsparcie. Szkoły powinny dostarczyć informacji o dobrych praktykach higienicznych, ułatwić wsparcie psychologiczne, zwalczać dyskryminację i zachęcać uczniów do życzliwości oraz unikania stereotypów w rozmowach o wirusie.

Mamy przykłady z innych krajów, gdzie zamknięto szkoły z powodu epidemii eboli. W Sierra Leone, Gwinei czy Liberii przyczyniło się to do ograniczenia rozprzestrzeniania się wirusa.

### **Wszystkie szkoły, żłobki, przedszkola i uczelnie wyższe w Polsce przestały funkcjonować. Jak w tym przypadku chronić dzieci i młodzież?**

**Monika Kacprzak:** Koronawirus jest nowym wirusem, o którego wpływie na dzieci niewiele wiemy. Wiemy natomiast, że każda osoba, niezależnie od wieku może zostać zakażona, ale jak dotąd znamy mało przypadków koronawirusa zdiagnozowanego wśród dzieci. O ile dzieci mogą łagodnie przechodzić chorobę lub nawet bezobjawowo, o tyle mogą zarażać inne osoby, w tym osoby starsze i osoby z chorobami współistniejącymi, dla których koronawirus jest najbardziej niebezpieczny.

Jeśli obawiamy się, że nasze dziecko ma koronawirusa, to zgłośmy się do odpowiednich służb, ale pamiętajmy przy tym, że mamy obecnie sezon na grypę, a objawy koronawirusa są bardzo podobne do grypy czy przeziębienia, które są o wiele częstsze wśród dzieci.

Zalecamy też, aby pamiętać o szczepieniach. Obecnie to nie jest być może najlepszy moment, aby iść ze zdrowym dzieckiem do przychodni, ale warto na co dzień dbać o aktualność szczepień swoich pociech. Szczepienia chronią przed innymi groźnymi wirusami i chorobami bakteryjnymi.

### **Powiedzieliśmy już o szkołach i nauczycielach, a co z samymi rodzicami i dziećmi? W jaki sposób oni mogą działać przeciw rozprzestrzenianiu się wirusa?**

Kategoria: Wywiady

Opublikowano: sobota, 04, kwiecień 2020 11:31

Małgorzata Orłowska

Odsłony: 1429

---

**Monika Kacprzak:** Ostatnie wytyczne UNICEF, WHO i Czerwonego Krzyża mówią o tym, aby przede wszystkim zachować środki ostrożności, dbać o higienę i monitorować stan zdrowia swojego i swoich dzieci. Mycie rąk przy użyciu wody i mydła, jeśli jest wykonane prawidłowo, ma kluczowe znaczenie w walce z koronawirusem. O to apelujemy i zachęcamy do tej praktyki. A dlaczego to takie ważne? Mycie rąk mydłem jest jedną z najtańszych, najbardziej efektywnych metod, dzięki której można ochronić siebie i innych przed koronawirusem oraz wieloma infekcjami, a także chorobami biegunkowymi. To nie jest magiczne lekarstwo, ale ważne jest, aby ludzie wiedzieli, jakie kroki powinni podjąć, aby zapewnić bezpieczeństwo sobie i swoim rodzinom. Istotne jest także, aby kichać i kaszleć zasłaniając usta chusteczką lub łokciem, aby unikać dotykania twarzy, oczu, ust i nosa. Z pewnością nie kichamy zasłaniając usta otwartą dłonią – wtedy wirus przenosi się bardzo łatwo z naszej dłoni na inne części ciała i rzeczy, których dotykamy, np. na klamki, poręcze, siedzenia, telefon czy klawiaturę komputera.

Wiele osób pyta, czy powinno nosić maseczki ochronne? Odpowiedź jest pozytywna, o ile ktoś ma objawy infekcji górnych dróg oddechowych (kaszle lub kicha). Pamiętajmy, że jeśli nie mamy objawów infekcji, to nie powinniśmy nosić maseczek. Dla osoby zdrowej ciągłe noszenie maseczki ochronnej może być źródłem bakterii, a w konsekwencji – infekcji.

**Zgodnie z zaleceniami rządu wszyscy – a zwłaszcza dzieci i młodzież powinny w miarę możliwości unikać opuszczania domów. Dlatego to takie ważne?**

**Monika Kacprzak:** Cieszymy się ze społecznej mobilizacji w Polsce. Wiele osób zrozumiało, że najlepszą metodą na uniknięcie zakażenia jest ograniczenie kontaktu z innymi osobami i w miarę możliwości pozostanie w domu.

Tak jak wspomniałam, dzieci mogą nie dawać żadnych objawów choroby, ale mogą w tym czasie zakażać inne osoby. Nie narażajmy zatem najmłodszych na niepotrzebny kontakt z obcymi osobami, od których także mogą się zakażać nie tylko koronawirusem, ale też innymi infekcjami.

UNICEF zaleca, aby czas spędzony w domu z powodu zamknięcia szkoły nie był czasem porzucenia nauki i przymusowych wakacji, a został wykorzystany na realizację programu szkolnego i nadrabiania ewentualnych zaległości w nauce. Zachęcajmy też dzieci do zadawania pytań i wyrażania swoich obaw. Wiemy z doświadczenia w innych krajach, że dzieci i uczniowie, którzy dowiedzą się o metodach prewencji i kontroli rozprzestrzeniania się wirusa, są bardziej świadomi i mogą w przyszłości być lepiej przygotowani na ewentualną infekcję. Dbajmy rozsądnie o siebie i naszych najbliższych. To najlepsza metoda na walkę z wirusem.