



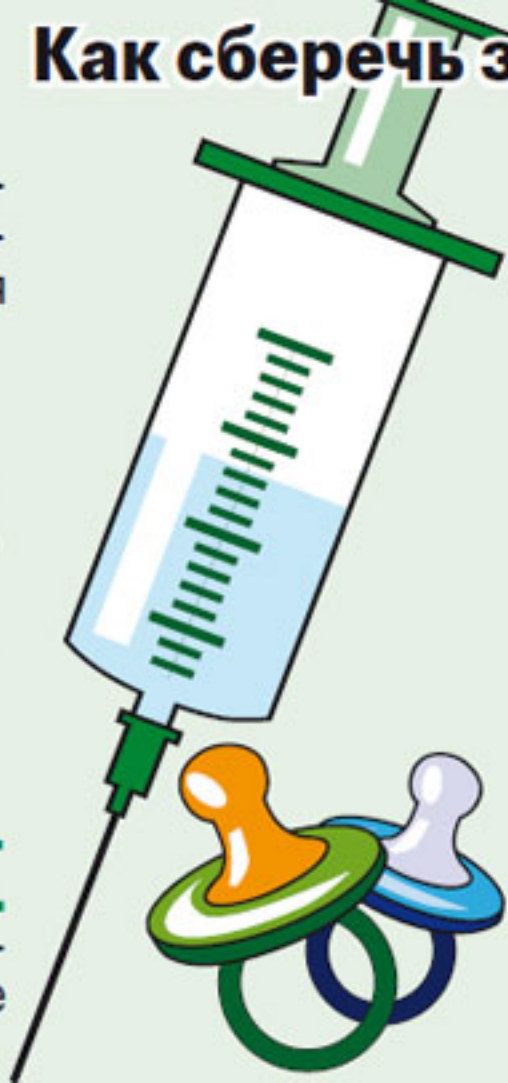
Делайте прививки. Вакцинопрофилактика - самый дешёвый и эффективный способ для снижения заболеваемости.



Выполняйте все **предписания врачей**, в том числе рекомендации по восстановительной терапии и физиотерапевтическим процедурам.



Следите, чтобы ребёнок гулял и занимался спортом. Ничто так не влияет на состояние здоровья, как сокращение двигательной активности.



Следите, чтобы ребёнок питался по часам. У школьников перерывы между приёмами пищи нередко достигают 7-10 часов. 50% школьников не завтракают ни в школе, ни дома - и это главная причина заболеваний ЖКТ, в том числе и язвенной болезни.



Отслеживайте **соблюдение санитарно-гигиенических норм в школах.**



Неправильные парты и тяжёлые ранцы - главная причина заболеваний опорно-двигательного аппарата.