

## **Как защитить ребенка от солнечного ожога и теплового удара:**

- Выходя на улицу, обязательно надевайте ребенку головной убор
- Для детей старше 6 месяцев необходим крем от загара, с фактором защиты не менее 15 единиц.
- Наносить защитный крем следует на открытые участки кожи каждый час, а также всякий раз после купания, даже если погода облачная.
- В период с 10.00 до 15.00, на который приходится пик активности ультрафиолетовых лучей лучше вообще не загорать, а посидеть в тени.
- Даже если ребенок не обгорел в первые 5 дней, срок пребывания на открытом солнце не должен превышать 30 минут.
- Ребенок периодически должен охлаждаться в тени - под зонтиком, тентом или под деревьями.
- Одевайте малыша в легкую хлопчатобумажную одежду.
- На жаре дети должны много пить.
- Если ребенок все-таки обгорел, заверните его в полотенце, смоченное холодной водой, а вернувшись домой, оботрите раствором, состоящим воды и уксуса в соотношении 50 на 50.
- Летом повышается риск и термических ожогов. Сидя у костра или помешивая в тазу варенье, будьте

предельно внимательны, если рядом с вами находится маленький ребенок.

- Если размеры ожога превышают 2,5 сантиметра, он считается тяжелым, и ребенку требуется специализированная медицинская помощь. До того, как он будет доставлен в больницу или травмпункт, нужно позаботиться об охлаждении места ожога. Нельзя вскрывать волдыри, накладывать на ожог пластыри - лучше ограничиться свободной стерильной повязкой.

### **Царапины и ссадины**

Места порезов и царапин важно своевременно промыть, остановить имеющиеся кровотечения, приложить холод к синяку или шишке, смазать ранение зеленкой или соответствующей мазью, наложить чистую повязку или пластырь. Не менее важно успокоить расстроенного и испугавшегося ребенка, утешить его и "полечить".

### **Пищевые отравления**

Даже обычные для ребенка продукты питания **в жаркое время** года быстро портятся, а срок их хранения сокращается. Как избежать пищевого отравления:

- Мойте руки до и после того как дотронулись до пищи.
- Горячую пищу следует разогревать и подавать в горячем виде. Готовьте мясо и молочные продукты при температуре не ниже 70 градусов.

- Скоропортящиеся продукты можно держать не в холодильнике - при комнатной температуре (около 20 градусов) - не более 2-х часов. Если в жару вы отправились на пикник, то время хранения продуктов снижается до 1 часа.

- Перегретый автомобиль превращается в настоящий инкубатор микробов. Продукты можно держать в машине не дольше 15 минут.

### **Что должно быть в домашней аптечке:**

*Жаропонижающие средства; антигистаминные препараты; перекись водорода в виде стандартного раствора малой концентрации используется в качестве кровоостанавливающего средства после нетяжелых травм - порезов, царапин; раствор бриллиантовой зелени, применяется для поверхностной обработки кожи или расчесов после укусов комаров; Смекта пригодится при кишечных расстройствах; крем-бальзам "Спасатель»; медицинские бинты; вата; набор пластырей различного размера; ножницы*

*Отправляясь на отдых, не забудьте взять с собой домашнюю аптечку и медицинский страховой полис ребенка.*

### **Укусы насекомых.**

С наступлением лета появляется большое количество различных сезонных "кусачих" насекомых.

Справиться с ними в помещении можно при помощи фумигатора. Для детской комнаты предпочтителен фумигатор, работающий от сети. Москитная сетка или даже обычная марля, помещенная на окно, - обязательный элемент защиты ребенка от назойливых насекомых.

Во время прогулок выручат специальные салфетки-репелленты, пропитанные особым составом, запах которого отпугивает летающих "агрессоров" на протяжении нескольких часов.

Укусы пчел, ос или шмелей не только болезненны, но иногда приводят к развитию серьезных аллергических реакций, вплоть до анафилактического шока и астматического приступа. Эти состояния требуют немедленной госпитализации ребенка.

Чтобы уберечь ребенка от укусов клещей, необходимо прежде всего защитить волосы и открытые участки кожи - экипировать его головным убором и надевать рубашку с длинными рукавами, брюки.

*Лето богато детскими травмами и отравлениями.*

*Детей неумолимо притягивают места и предметы, потенциально опасные для здоровья, а иногда и жизни - водоемы, канавы, колючие кусты, ядовитые растения, костры, высокие лестницы и автотрассы с оживленным движением. Учитывая все это, родителям надо все время быть начеку, не оставлять ребенка без присмотра.*



*Служба сопровождения замещающих семей  
и лиц из числа детей-сирот, детей  
оставшихся без попечения родителей*

**с. Бея, ул. Гагарина, 10**  
**8 (39044) 3-11-58**



*Служба сопровождения  
замещающих семей и лиц из числа  
детей-сирот, детей оставшихся  
без попечения родителей*



# **Внимание: ЛЕТО!**



*с. Бея*

Летний период несет в себе не только радость каникул, возможность загорать и купаться, но и высокие риски для детей. Связанно это с множеством факторов. Летом дети едут отдыхать в детские лагеря, в деревню к бабушкам, ходят купаться на речку и играть в лесу, все это в комплексе с высокой активностью солнца, насекомыми и быстро портящейся пищей несет различные угрозы.

Обеспечить безопасность детей летом в первую очередь задача родителей. Даже если Вы летом отправляете куда-то ребенка, то обеспечьте его средствами защиты, обговорите с ним технику безопасности, позаботьтесь о регулярной связи и проконсультируйте тех, кто будет присматривать за Вашим ребенком.

#### ***Общие правила безопасности детей на летних каникулах***

Опасности подстерегают детей не только в местах отдыха, но и на детской площадке, на дороге, в общественных местах. Однако следование рекомендациям поможет снизить риски:

для ребенка обязательным является ношение головного убора на улице для предотвращения теплового или солнечного удара;  
приучите детей всегда мыть руки перед употреблением пищи;  
мойте овощи и фрукты перед употреблением;  
обязательно учите ребенка переходу по светофору, расскажите об опасности, которую несет автомобиль;  
расскажите детям о том, как правильно себя вести на детской площадке, в частности, катанию на качелях. К ним нужно подходить сбоку; садиться и вставать, дождавшись полной остановки; крепко держаться при катании; важно научить и правилам пожарной безопасности в летний период;  
не позволяйте разводить костры без присутствия взрослых.

соблюдайте питьевой режим, чтобы не допустить обезвоживания.

катается на велосипеде или роликах необходимо в защитном шлеме, налокотниках и наколенниках.

#### **Внушите своим детям семь «НЕ»:**

**НЕ** открывай дверь незнакомым людям.

**НЕ** ходи куда-то с незнакомыми людьми, как бы они не уговаривали и что бы интересное не предлагали.

**НЕ** разговаривай с незнакомыми и малознакомыми людьми, не бери от них подарки.

**НЕ** садись в машину с незнакомыми людьми.

**НЕ** играй на улице с наступлением темноты.

**НЕ** входи в подъезд, лифт с незнакомыми людьми.

**НЕ** сиди на подоконнике.

#### **Напоминайте, чтобы дети соблюдали следующие правила:**

уходя из дома, всегда сообщали, куда идут и как с ними можно связаться в случае необходимости; избегали случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании; сообщали по телефону, когда они возвращаются домой.

Следите за тем, с кем общается Ваш ребенок и где он бывает, нет ли среди его знакомых сомнительных взрослых людей или подверженных криминальному влиянию сверстников.

Постарайтесь изолировать от них ребенка.

Смотрите, чтобы Ваш ребенок не пользовался сомнительной литературой и видеопродукцией.

Ограничьте и сделайте подконтрольным общение ребенка в интернете.

#### **Безопасность на железнодорожных путях.**

Переходите железнодорожные пути только в установленных местах, пользуясь пешеходными мостами, тоннелями, настилами, убедившись в отсутствии движущегося поезда или маневрового локомотива.

#### **Запомните:**

проезд и переход через железнодорожные пути допускается только в установленных и оборудованных для этого местах;

при проезде и переходе через железнодорожные пути необходимо пользоваться специально оборудованными для этого пешеходными переходами, тоннелями, мостами, железнодорожными переездами.

#### **Запрещается:**

- подлезать под железнодорожным подвижным составом;
- ерелезать через автосцепные устройства между вагонами;
- заходить за ограничительную линию у края пассажирской платформы;
- бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
- устраивать различные подвижные игры;
- прыгать с пассажирской платформы на железнодорожные пути;
- осуществлять посадку и (или) высадку во время движения.

**Пожалуйста, сделайте всё, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно и отдых не был омрачен.**

### Безопасность на дороге

Если ты пошел гулять – ты пешеход. Поехал на велосипеде, скутере, мотоцикле – водитель транспортного средства. Сел в автомобиль, трамвай, автобус – ты пассажир. И для безопасности своих детей напоминайте им правила поведения на дороге:

- без взрослых на дорогу выходить нельзя, идешь со взрослым за руку, не вырывайся, не сходи с тротуара;
- ходить по улице следует спокойным шагом;
- переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора;
- садясь в машину, обязательно пристегивайся ремнем безопасности;
- в общественном транспорте не высовывайся из окон, не выставляй руки и какие-либо предметы;
- выходи из машины только со стороны тротуара;
- катайся на велосипеде только в безопасных местах вдали от дорог – в парках, во дворах;
- ездить на велосипедах по дорогам можно только с 14 лет, а на мопедах с 16 лет;
- никогда не выезжай на проезжую;
- ходи только по обочине навстречу движению;
- переходи улицу только там, где разрешено;
- не играй на дороге или рядом с ней;
- не выбегай на проезжую часть.



### Безопасность на воде

Большинство семей предпочитают проводить жаркие летние дни на пляжах водоемов – озер, рек, морей. Взрослые и малыши с удовольствием купаются и загорают, дышат свежим воздухом. Однако, вода может быть опасной. Поэтому перед поездкой на место отдыха

следует изучить следующие рекомендации:

Не разрешайте купаться ребенку без вашего присмотра, особенно на матрацах или надувных кругах.

Отпускайте отпрыска в воду только в плавательном жилете или надувниках.

Не позволяйте детям играть в игры, где участники прячутся под водой или их «топят». Такие развлечения могут окончиться трагедией.

Не разрешайте заплывать за буйки и нырять в неизвестных местах водоема, поскольку камни и ветки деревьев часто приводят к травмам.

Контролируйте время пребывания ребенка в воде, чтобы не допустить переохлаждения.

Во избежание солнечных ожогов смазывайте кожу ребенка специальными солнцезащитными средствами.

Находясь у воды, помните о собственной безопасности и безопасности ваших детей!!!



### Сделайте недоступными химические средства и лекарства

Во время каникул дети часто бывают дома одни, когда родители уходят на работу. У них появляется возможность беспрепятственно осматривать каждый уголок квартиры. Играя в исследователей или учёных, есть риск что детишки в своих играх могут использовать различные химические вещества и лекарства, находящиеся дома. Чтобы этого не произошло, лучше заранее заблокировать доступ к ядовитым веществам — моющим и чистящим средствам, инсектицидам, лекарствам.

Найдите безопасное место для хранения химических веществ, куда дети не смогут добраться. Лучше, если это будет какой-то закрывающийся шкаф, ключ от которого родители должны держать у себя. Не лишним будет разъяснить ребёнку, насколько опасно играть с ядовитыми веществами. Обеспечьте маленьких экспериментаторов безвредными материалами для их игр.

