



БЕЗОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ



БЕЗОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ





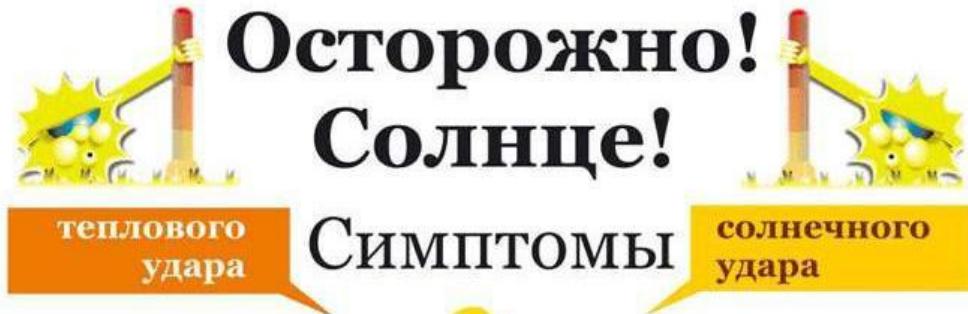
ПРОФИЛАКТИКА ЛЕТНИХ ДЕТСКИХ ТРАВМ

Лето - ты прекрасно, когда безопасно!

Правила катания на велосипеде, роликовых коньках, скейтборде и самокате

- ПЕРЕД КАТАНИЕМ УБЕДИСЬ, ЧТО НЕТ НЕИСПРАВНОСТЕЙ
- РОЛИКОВЫЕ КОНЬКИ ЗАСТЕГНИ НАДЕЖНО
- НАДЕВАЙ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ (ШЛЕМ, НАКОЛЕННИКИ И НАЛОКОТНИКИ)
- ВЕЧЕРОМ И В ПАСМУРНУЮ ПОГОДУ НАДЕВАЙ СВЕТОВОЗВРАЩАТЕЛИ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ СТОЛКНОВЕНИЯ
- НЕ МЕШАЙ ДВИЖЕНИЮ ПЕШЕХОДОВ, КАТАЙСЯ ВДАЛИ ОТ ДОРОГИ И МНОГОЛЮДНЫХ МЕСТ
- НЕ КАТАЙСЯ ПО ЛУЖАМ, ПЕСКУ И МОКРОМУ АСФАЛЬТУ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ПАДЕНИЙ
- НЕ ПЕРЕЕЗЖАЙ ДОРОГУ НА ВЕЛОСИПЕДЕ, СКЕЙТБОРДЕ И САМОКАТЕ, ПЕРЕХОДИ ЕЕ ПЕШКОМ ТОЛЬКО ПО ПЕШЕХОДНОМУ ПЕРЕХОДУ
- Согласно правилам дорожного движения, детям до 14 лет разрешено ездить на велосипеде только по тротуарам и пешеходным зонам, пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам и запрещено ездить по проезжей части.
- Дети до 7 лет должны быть в сопровождении взрослых.
- Детям старше 14 лет разрешено двигаться по велосипедной и велопешеходной дорожкам и полосе для велосипедистов. В случае их отсутствия допустимо ехать по правому краю проезжей части.





- РАССТРОЙСТВО СОЗНАНИЯ
РАСШИРЕНИЕ ЗРАЧКОВ
НОСОВЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ
РВОТА, ЖАЖДА
УЧАЩЕННЫЙ ПУЛЬС
ПОВЫШЕНИЕ
ТЕМПЕРАТУРЫ (ВЫШЕ 39,6)
МЫШЕЧНЫЕ БОЛИ
СУХАЯ, ГОРЯЧАЯ КОЖА
- СИЛЬНЫЕ ГОЛОВНЫЕ БОЛИ
ПОТЕМНЕНИЕ В ГЛАЗАХ
ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ
ТОШНОТА
ПОКРАСНЕНИЕ ЛИЦА

Если рядом с вами человек потерял сознание, не дожидаясь врача, окажите ему первую медпомощь!

Первая помощь

- 1 Перенести пострадавшего в прохладное место
 - 2 Уложить на спину, приподнять ноги
 - 3 Обтереть холодной водой
 - 4 Приложить к голове холодный компресс
 - 5 Напоить водой
-



В солнечную погоду
всегда надевай
головной убор



Купайся только там,
где рядом есть взрослые

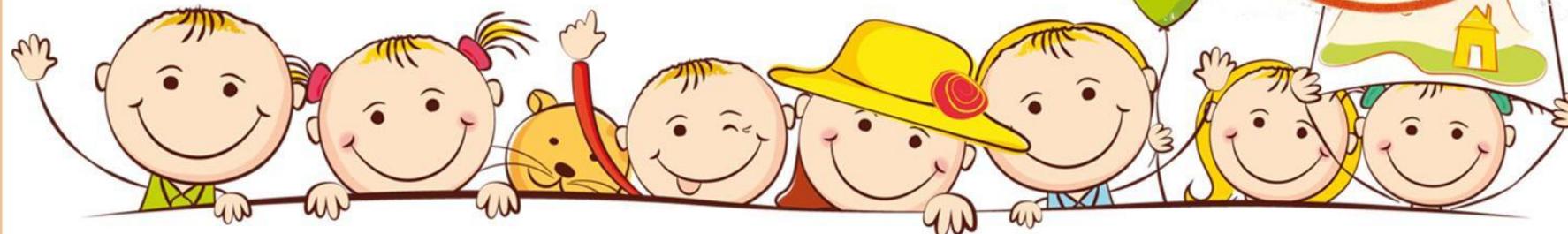


Не ныряй и не плавай
в неизведанных местах
в грязной или
холодной воде

Если не умеешь плавать,
пользуйся нарукавниками
или надувным кругом



Не балуйся в воде,
не дерись и не мешай плавать
другим



Правила поведения на воде для детей

Безопасность в природе

Эти ядовитые грибы и растения встречаются в наших лесах. Запомни их! Они очень опасны!



Ландыш



Волчья ягода



Дурман



Болиголов



Чистотел



Мухомор



Сатанинский гриб



Лисичка ложная



Опенок ложный



Белая поганка

Правила на всю жизнь:

1. Не ешь незнакомые растения. Не обрывай их листья, цветы и плоды.
2. Не нюхай ядовитые растения — запах некоторых из них может вызвать головную боль и головокружение.
3. Не уничтожай ядовитые растения. Они полезны для животных.



Способы защиты от клеща:

Правильно одевайтесь: брюки, заправленные в обувь или носки; верхняя одежда, заправленная в брюки; плотные манжеты; головной убор.

Не сидите на траве

Сделайте прививку

Используйте репеллент

После похода в лес проверьте верхнюю одежду и нижнее бельё, осмотрите тело, расчешите волосы мелкой расчёской;

Проверьте шерсть домашних животных, а также свежесорванные растения

Что делать, если клещ обнаружен уже присосавшимся к коже:



Заболевания, которые переносят лесные клещи:

Инкубационный период

Энцефалит
7 - 15 дней

Болезнь Лайма/
Боррелиоз
3 - 45 дней

Гранулоцитарный
анаплазмоз человека
3 - 23 дня

Моноцитарный
эрлихоз
1 - 21 день

Симптомы

Озноб, температура, тошнота, рвота, головная боль в области глаз и лба, светобоязнь, эпилептические припадки, нарушение сознания, иногда - кома.

Озноб, температура, тошнота, мигрирующая эритема - сыпь, выраженная воспалённым эпицентром, участком здоровой кожи и еще одним воспалённым розовым кольцом вокруг.

Озноб, лихорадка, температура, тошнота, рвота, кашель, увеличение лимфоузлов, снижение аппетита, сильная мучительная головная боль, не редки случаи поражения печени и почек.

Озноб, температура, тошнота, рвота, изменение состава крови, боли в животе, кашель с одышкой, расстройства сознания, отеки.

Не все клещи являются носителями опасных инфекций. Однако в любом случае клеща, извлечённого из кожи, следует поместить в стеклянный флакон (банку) с крышкой. Необходимо срочно обратиться в лечебно-профилактическое учреждение и передать сосуд со снятым клещом. Категорически запрещается снимать и давить клещей незащищёнными руками (обязательно в перчатках).

ПОМНИТЕ!

При обнаружении присосавшихся к телу клещей необходимо обратиться в медицинское учреждение!



Первая помощь при укусах насекомых

- ✓ Удалить из кожи жало насекомого (если оно есть);
- ✓ Ужаленное место смочить спиртом, раствором марганцовки;
- ✓ Приложить к ужаленному месту холод;
- ✓ Давать обильное питье;
- ✓ Дать противоаллергическое средство;
- ✓ Если состояние ухудшается, срочно доставить в медицинское учреждение;





Профилактика острых кишечных инфекций и пищевых отравлений

Часто мойте руки

Используйте чистую воду

Выбирайте безопасные пищевые продукты

Тщательно проводите термическую обработку пищи

Ешьте свежеприготовленную пищу

Правильно храните пищевые продукты

Тщательно подогревайте приготовленную заранее пищу

Храните пищу защищенной от насекомых, грызунов и других животных

Избегайте контакта между сырыми и готовыми пищевыми продуктами

Содержите кухню в чистоте

Важно своевременное обращение за медицинской помощью при появлении признаков острой кишечной инфекции



Я ЗНАЮ, ЧТО НЕЛЬЗЯ



Держусь подальше я, друзья,
От всех чужих людей!
Под доброй маской может быть
Какой-нибудь злодей.

ПОЗВОЛЯТЬ
НЕЗНАКОМЫМ
ПРИКАСАТЬСЯ
КО МНЕ

НАЗЫВАТЬ
НЕЗНАКОМЫМ
СВОЁ ИМЯ
И АДРЕС



САДИТЬСЯ
В МАШИНЫ
К ЧУЖИМ
ЛЮДЯМ



Незнакомых берегусь,
К ним в машину не сажусь!



Адрес свой и имя
наизусть я знаю.
Незнакомым людям
их не называю.

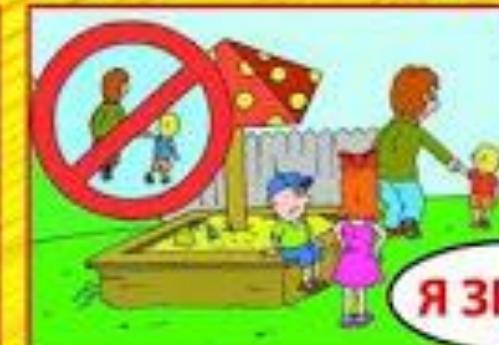
БРАТЬ
У НЕЗНАКОМЫХ
ИГРУШКИ
И СЛАДОСТИ

РАЗГОВАРИВАТЬ
С НЕЗНАКОМЫМИ
ЛЮДЬМИ

Если я один в квартире,
Дверь чужим не открываю!
Это правило простое
Никогда не забываю!



Не беру у незнакомца
Ни игрушек, ни конфет.
На чужие предложения
Отвечаю смело "Нет!"



Не гуляю я с чужим,
Не хожу за руку с ним.

Я ЗНАЮ

ОДИН ДОМА



Чтоб не загорелся дом,
Не играются с огнём!



Газ и розетки – не игрушки,
Шутить с электрикой не нужно!



Предметов режущих ты не бери и острых,
Пораниться и уколоться ими просто!



Перед едой всегда мой руки,
Не ешь немытыми и фрукты!



Чтоб потопа избежать,
Воду нужно закрывать!



Осторожно надо обращаться
С чаем, супом – жидкостью горячей!



Лекарства пробовать не надо,
Они страшней быть могут яда!



У окон, на балконе – осторожно!
Из них случайно вывалиться можно!



Никому не говори по телефону,
Что оставили тебя без старших дома!



Незнакомым дверь не открывай,
В разговоры с ними не вступай!

Счастливых вам каникул!!!

