

**Здравствуй,
лето красное,
лето безопасное!**



Скоро наступит долгожданное лето! Дети все больше времени проводят на улице, на даче с родителями, выезжают на отдых в лес и на водоемы.

Лето характеризуется нарастанием двигательной активности и увеличением физических возможностей ребёнка, которые, сочетаясь с повышенной любознательностью и стремлением к самостоятельности, нередко приводят к возникновению опасных ситуаций.

Предупреждение детского травматизма – одна из самых актуальных проблем нашего времени. За жизнь и здоровье детей отвечают взрослые, и в первую очередь именно родители должны создать безопасные условия жизнедеятельности детей в летний период, сформировать у них навыки безопасного поведения и умения предвидеть последствия опасных ситуаций.



Главное, что должны помнить родители – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра. Защитить себя и своих детей от многих проблем, которыми может столкнуться семья, можно при условии постоянной заботы о безопасности.

Многие меры по обеспечению безопасности детей, могут показаться элементарными, однако с ребенком школьного и дошкольного возраста необходимо разбирать и обсуждать на первый взгляд кажущиеся очень простыми правила поведения.

Необходимо выделить некоторые правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность.






Безопасность поведения на воде

Главное условие безопасности – купаться в сопровождении кого-то из взрослых. Необходимо объяснить ребенку, почему не следует купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может таить немало опасностей: затопленная коряга, острые осколки, холодные ключи и глубокие ямы.

Прежде чем заходить в воду, нужно понаблюдать, как она выглядит. Если цвет и запах воды не такие, как обычно, лучше воздержаться от купания.



Также дети должны твердо усвоить следующие правила игры на воде опасны (нельзя, даже играючи, "топить" своих друзей или "прятаться" под водой); категорически запрещается прыгать в воду в не предназначенных для этого местах; нельзя нырять и плавать в местах, заросших водорослями; не следует далеко заплывать на надувных матрасах и кругах; не следует звать на помощь в шутку.

Опасная высота

Следует помнить, что именно на взрослых природой возложена миссия защиты своего ребенка. Нужно прививать детям навыки поведения в ситуациях, чреватых получением травм. Особую опасность представляют открытые окна и балконы. Малыши не должны оставаться одни в комнате с открытым окном, балконом, выходить без взрослого на балкон, играть там, в подвижные игры, прыгать. Есть определенная категория детей, которые боятся высоты, но есть дети, у которых инстинкт самосохранения как бы притуплен, и они способны на некоторые необдуманные поступки. Нельзя подставлять под ноги стул или иное приспособление. Очень важно,



В городские больницы каждое лето доставляются десятки детей, упавших из окна, чей возраст варьируется от полутора до десяти лет. То есть, большая часть пострадавших детей понимает опасность, которая им грозит, но все равно нарушают родительские запреты.

Поскольку на сознательность ребенка рассчитывать не стоит, родителям необходимо предпринять дополнительные шаги для детской безопасности.

1. Не доверяйте антимоскитным сеткам.

2. Если есть возможность выбора, ставьте окна, створки которых открываются в наклонное положение (вертикальное или "зимнее" проветривание).

3. Не пользуйтесь защитными средствами для окон, которые

Прогулка в лес – это очень хороший отдых, который укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть некоторые правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка, так как лес может таить в себе опасность.

Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут в лесу, на полях и лугах. Объясните, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать все подряд (ягоды травинки). Для закрепления знаний полезно использовать настольные игры-классификации, соответствующий наглядный материал, а в летний сезон во время прогулки в лес показать ядовитые растения и грибы «в живую». Необходимо развивать у детей потребность в общении с родителями, умение побороть застенчивость во время обращения к взрослым при появлении симптомов отравления.



Напоминайте ребенку, что ему ни в коем случае нельзя ходить по лесу одному, нужно держаться всегда рядом с родителями. Но что делать, если он чем-то увлекся и не заметил, как заблудился?

Объясните ребенку, что не нужно поддаваться панике и бежать, куда глаза глядят. Как только потерял родителей, следует кричать громче, чтобы можно было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте. Малыш должен твердо знать, что его обязательно будут искать.



Безопасность при общении с животными

Детям нужно прививать не только любовь к животным, но и уважение к их способу жизни.

Необходимо объяснить детям, что можно делать и чего нельзя допускать при контактах с животными. Например, можно кормить бездомных собак и кошек, но нельзя их трогать и брать на руки. Нельзя подходить к незнакомым собакам, беспокоить их во время сна, еды, ухода за щенками, отбирать то, во что играют собаки. Напоминайте детям, что и от кошек, и от собак передаются людям болезни – лишай, чесотка, бешенство. После того, как погладил животное, обязательно нужно вымыть руки с мылом.





Если укусила собака или кошка, сразу же нужно сказать об этом родителям, чтобы они немедленно отвели к врачу. Также, детям необходимо дать знания о насекомых, и напоминать им о том, что даже полезные насекомые (пчелы, муравьи) могут причинить вред.





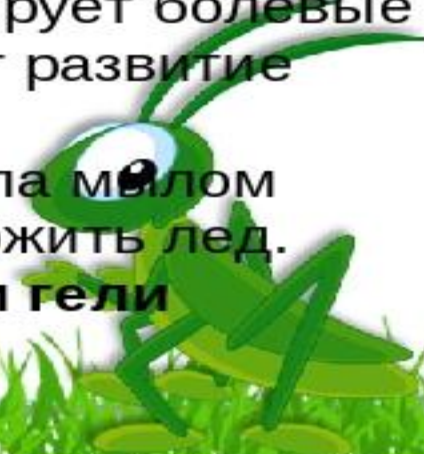
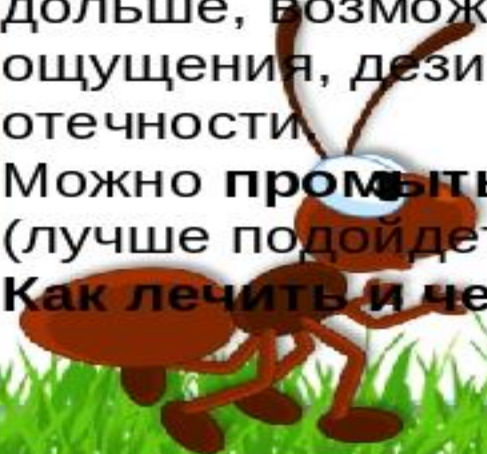
Чаще всего, взрослые знают о том, как их организм реагирует на пчелиный укус. С ребенком ситуация имеет неизвестный исход. В любом случае, первичные действия должны быть произведены быстро. От этого зависит степень распространения ядовитых веществ по крови пострадавшего.

Немедленно избавиться от жала. Лучше это делать стерильным пинцетом ил чистыми продезинфицированными руками. Важно, чтобы под кожей не осталось его остатков. В противном случае, и если в рану попала грязь, воспаление неизбежно.

Чистую ткань или марлю пропитать нашатырным или этиловым спиртом, уксусом, раствором соды или марганцовки. **Приложить к ране.** Держать как можно дольше, возможно повторение. Это минимизирует болевые ощущения, дезинфицирует и притормаживает развитие отечности.

Можно **промыть поврежденный участок** тела мылом (лучше подойдет хозяйственное 72%) и приложить лед.

Как лечить и чем мазать: лекарства, мази и гели





При риске тяжелой аллергии, **принять антигистаминное средство**. Некоторые аллергики имеют при себе шприц и соответствующее лекарство для инъекции.

Обильное **теплое питье** и постельный режим.

Контроль **температуры тела**. При ознобе без повышения температуры принять успокоительный либо антистрессовый препарат. При лихорадке выпить жаропонижающее.

Контроль **пульса и артериального давления**.

При сильно выраженной аллергической реакции срочно **обратиться к доктору**.

Искусственное дыхание и выполнение непрямого массажа сердца в случае необходимости.

Укус в голову или шею намного опаснее укуса в руку или ногу, к примеру. Так, если отдельный человек нормально реагирует на пчелиный яд, то в данной ситуации увеличивается степень аллергизации.



Клещи



Клещи сидят на травинках или листочках не слишком высоких растений.

Они являются переносчиками



При укусе клеща, необходимо обратиться в лечебное учреждение.



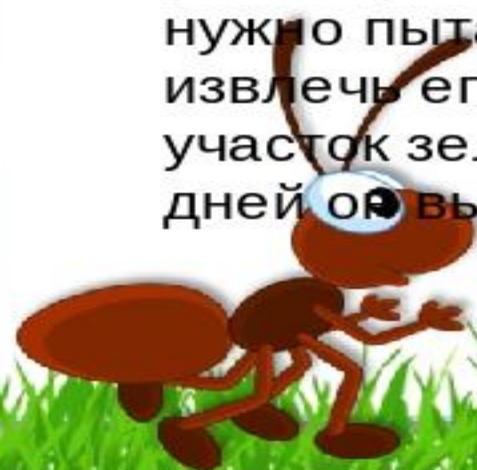
Чем опасен клещ?

Несмотря на свои крошечные размеры и безболезненный укус, эти насекомые являются очень опасными. Прежде всего это связано с тем, что лесные клещи служат переносчиками вирусного клещевого энцефалита и клещевого боррелиоза. Кроме того, в более редких случаях эти насекомые могут быть носителями возбудителей других опаснейших заболеваний. Поэтому при обнаружении у себя на теле клеща или же следа от его укуса следует немедленно обратиться за медицинской помощью, чтобы обезопасить себя от тяжелых последствий возможных болезней.





Для того чтобы вытащить это насекомое из кожи, необходимо сначала аккуратнейшим образом расшатать его, чтобы разрушить выделенную им клейкую массу. Когда вы немного расшатали клеща, постарайтесь схватить его ближе к голове и аккуратно потяните вверх. Скорее всего, у вас получится вытащить насекомое полностью. Но если, несмотря на все усилия, хоботок остался внутри, не нужно пытаться каким-то образом извлечь его. Просто обрабатывайте этот участок зеленкой, и через несколько дней он выйдет наружу сам.





- **Человеку нужно помнить, что змеи кусают** в случае, если чувствуют угрозу. Если вы наступили на змею или, например, ударили ее палкой, пресмыкающееся обязательно нападет. В лучшем случае при приближении человека змея поспешит скрыться или будет стараться испугать, совершая ложные броски.
- Укус этой змеи человек ощущает как сильное жжение. На месте появляются кровоподтеки, краснота и припухлость вокруг ранки. Можно часто встретить совет отсосать яд из этой раны, но если человек не является специалистом по выживанию, то вряд ли он справится с этой задачей.



Первая помощью после нападении гадюки - обездвиживание укушенной конечности и накладывание давящей повязки выше укуса. Нельзя для этой цели использовать тугий жгут и полностью перекрывать ток крови! Повязка должна лишь приостановить распространение яда по кровеносной системе.

Пострадавшему необходимо пить много чистой воды маленькими глотками. Это уменьшит концентрацию яда в организме. Также можно выпить 1—2 таблетки антигистаминного средства. Но прежде всего необходимо как можно скорее попасть в медицинский пункт, где будет введен антидот (противоядие).

Еще одна опасность лета кроется в его главных плюсах: тепле и обилии солнца. В результате, именно летом часто случаются тепловые и солнечные удары, а так же солнечные ожоги.

Тепловой удар - самый, пожалуй, коварный. В отличие от солнечного, он может случиться и в пасмурную, но жаркую погоду. Симптомы могут варьироваться от сильной головной боли и тошноты до слабости и сонливости, очень часто его принимают за начало какого-либо простудного заболевания или отравления.

Чтобы предотвратить тепловой удар, прежде всего, старайтесь в жаркую погоду избегать душных и жарких помещений, общественного транспорта. Самое жаркое время дня лучше провести дома, а гулять утром и вечером. Одевайте ребенка в легкую, светлую хлопчатобумажную одежду. Давайте как можно больше жидкости. Всегда держите наготове бутылку с водой.

Если все-таки это случилось, срочно переместите ребенка в тень. Положите на голову холодный компресс. Снимите с ребенка всю лишнюю одежду. Если есть признаки утери сознания, дайте понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом. Постарайтесь создать приток свежего воздуха, обмахивая ребенка любым предметом, который можно использовать как опахало.

Свяжитесь со скорой помощью, опишите симптомы. В большинстве случаев перечисленных мер должно быть достаточно, но при тяжелом тепловом ударе может понадобиться госпитализация



Солнечный удар случается реже, только в яркую солнечную погоду. Но последствия его опаснее. Если тепловой удар является просто последствием перегрева, то солнечный удар - это нарушение работы центральной нервной системы из-за перегрева головы. Симптомы его более четкие и понятные, чем у теплового: общая слабость, головная боль, повышенная температура, тошнота, учащенный пульс, в отдельных случаях носовое кровотечение и обмороки.

Предотвратить солнечный удар достаточно просто. Избегайте прогулок в самое жаркое и солнечное время суток (с 11 до 15 часов). Следите, чтобы в жаркую солнечную погоду ребенок всегда находился на улице только в головном уборе. Одевайте ребенка строго по погоде, избегайте синтетических тканей. позаботьтесь, чтобы ребенок получал достаточно несладкого питья.

Если ребенок все-таки получил солнечный удар, меры первой помощи в этом случае должны быть такие же, как и при тепловом.



Солнечные ожоги.

Чтобы предотвратить солнечный ожог, прежде всего, нужно постараться не подвергать кожу ребенка прямому воздействию солнечных лучей в самое жаркое время дня. Выходя на улицу, одевайте ребенка по погоде. На пляже обязательно пользуйтесь солнцезащитным средством с SPF не менее 20 единиц (для светлокожих детей и детей с чувствительной кожей - не менее 30 единиц). Обновляйте крем каждые 2-3 часа, пока у ребенка не появится собственный ровный загар. Старайтесь следить, чтобы ребенок после купания вытирался сразу, не бегал с мокрой кожей.

Если ребенок все-таки получил солнечный ожог, немедленно окажите первую помощь. Отведите ребенка в тень, осмотрите ожоги. Просто сильно покрасневшую кожу достаточно смазать средством после загара, и уже дома оказать более серьезную помощь. Кожу, обожженную до волдырей, обрабатывайте как при термическом ожоге.

Пожарная безопасность

Пожар может возникнуть в любом месте и в любое время. Поэтому к нему надо быть подготовленным. Главное, что нужно запомнить - спички и зажигалки служат для хозяйственных дел, но никак не для игры.

Даже маленькая искра может привести к большой беде в любом месте, даже на улице. Закрепляйте с детьми правила пожарной безопасности:

Не играть со спичками, не разводить костры!

Не включать электроприборы, если взрослых нет дома!

Не открывать дверцу печки!

Пожарная безопасность

Нельзя бросать в огонь пустые баночки и флаконы от бытовых химических веществ, особенно аэрозоли!

Не играть с бензином и другими горючими веществами!

Никогда не прятаться при пожаре, ни под кровать, ни в шкаф!

При пожаре звонить 01, 112 (назвать свой адрес, телефон, фамилию и рассказать что горит)!

Не играть с огнем!

Велосипед.

Самым маленьким велосипедистам нужно передвигаться только по тротуарам и велосипедным дорожкам, и только в сопровождении взрослых. Выезд на дорогу и самостоятельные поездки разрешены детям возрастом старше 14 лет. Малышей, которые только осваивают двухколесный транспорт, следует приучить ехать только рядом с родителями, не отъезжая дальше, чем на несколько метров, не выезжая за пределы тротуара, а так же научить их пользоваться тормозами и останавливать движение. Кроме того, ребенок, самостоятельно едущий на велосипеде, должен уметь хоть немного маневрировать, чтобы объезжать людей и препятствия на дороге. Ребенок на транспорте должен уметь снижать скорость и входить в поворот, и знать, что пересекать проезжую часть можно только по пешеходному переходу, ведя велосипед рядом.



Основные правила езды

Ездить только по велосипедным дорожкам, а если их нет – по тротуарам, не выезжая на территорию проезжей части и не мешая передвижению других участников дорожного движения;

Надевать шлем, а если ребенок катается в темное время суток или в условиях недостаточной видимости – одежду со светоотражателями. Кроме того, светоотражатели должны быть и на средстве передвижения;

Держать дистанцию и уметь маневрировать в процессе езды;

Ребенок постарше, едущий по проезжей части, должен знать правила дорожного движения и уметь подавать сигналы автомобилям. Как и всем участникам дорожного движения, юным велосипедистам необходимо иногда освежать в памяти материалы Правил дорожного движения, и покупать свежие издание правил.



При езде на велосипеде детям категорически запрещается:

- Ездить без шлема;
- Ездить на неисправном транспортном средстве;
- Возить пассажиров на багажнике или на раме;
- Ездить против потока;
- Ездить на велосипеде без рук, или держать транспортное средство одной рукой, или убрав ноги с педалей;
- Связывать и буксировать несколько велосипедов в одну систему.



Следите за своим ребенком

Дети, гуляющие вдали от вас или самостоятельно, подвержены риску потеряться или быть украденными. Объясните технику безопасности, когда они одни - правила поведения с незнакомцами. Если вы находитесь в лесу не отпускайте детей далеко от себя, они могут заиграться и заблудиться. Находясь в толпе всегда держите чадо возле себя, не оставляйте маленьких детей под присмотром чужих людей, даже если это «милая тётя». Злоумышленники вполне могут использовать такой образ для похищения.





Уважаемые родители!

Мы надеемся, что данный материал поможет вам сформировать и закрепить у своих детей опыт безопасного поведения, который поможет им предвидеть опасности и по возможности избегать их.

