

КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА ОТ СОЛНЕЧНОГО ОЖОГА И ТЕПЛОВОГО УДАРА

Прямые солнечные лучи очень опасны для детей, они могут быстро получить ожог или тепловой удар. Следует приобрести легкую панамку и специальный защитный крем для детей.

При прогулке с ребенком на открытой местности рекомендуется придерживаться следующих правил:

- ✓ надевайте на голову ребенка панамку или тонкую легкую шапочку;
- ✓ одевайте ребенка только в легкую «дышащую» и свободную одежду из натуральных тканей;
- ✓ на открытые участки кожи наносите тонким слоем детский защитный крем каждый час и сразу после купания.
- ✓ не оставляйте ребенка на солнце более чем на 30 минут;
- ✓ периодически чередуйте пребывание на солнце и в тени;
- ✓ носите с собой много воды и давайте ребенку много пить. Избегайте сладкой воды, она вызывает еще большую жажду;
- ✓ следите за ребенком, чтобы он не перегревался и не обгорел, при первых признаках покраснения кожи уведите в тень;
- ✓ если вы защищаете глаза ребенку солнцезащитными очками, то применяйте качественные модели со стеклом, дешевые подделки из пластика могут нанести большой вред.

УКУСЫ НАСЕКОМЫХ

С наступлением тепла на улице появляется большое количество насекомых. Некоторые из них безвредны (бабочки, муравьи, божьи коровки, кузнечики и др.), а другие представляют угрозу для ребенка (клещи и комары, мошки, клопы и др.).

В помещении можно использовать фумигатор, который не поглощает кислород, или установить на окна специальную москитную сетку (марлю).

Обязательно носите в своей сумочке специальные салфетки-репелленты. Их запах будет отпугивать насекомых в течение нескольких часов.

Остерегайтесь пчел, ос и шмелей: их укусы очень болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию. Чтобы защититься от укусов клещей, обязательно надевайте головной убор, штаны и кофту с длинными рукавами, а на ноги – закрытую обувь.

КИШЕЧНЫЕ ИНФЕКЦИИ

У многих людей есть свои сады и огороды, где летом созревает множество различных ягод и плодов. Тут возникает соблазн угостить ребенка невымытыми ягодами прямо с куста или напоить парным молоком. Для более «взрослых» деток такое молоко не представляет опасности, а у малышек может вызвать кишечные расстройства или инфекционное заболевание.

Чтобы Ваш ребенок не получил пищевое отравление летом старайтесь придерживаться следующих правил:

- ✓ нельзя поить ребенка сырой водой, даже очищенной через фильтр. Перед употреблением ее лучше прокипятить;
- ✓ всегда тщательно мойте ягоды, овощи и фрукты;
- ✓ мойте руки перед каждым приемом пищи, особенно после улицы;

ДЕТСКИЙ ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНЫЙ ТРАВМАТИЗМ

- ✓ при движении по тротуару держитесь подальше от проезжей части. Взрослый должен находиться со стороны проезжей части;
- ✓ приучайте ребёнка, идя по тротуару, внимательно наблюдать за выездом автомобилей из арок дворов и поворотами транспорта на перекрёстках;
- ✓ при переходе проезжей части дороги остановитесь и осмотритесь по сторонам.

Показывайте ребёнку следующие действия по осмотру дороги: поворот головы налево, направо, ещё раз налево. Дойдя до разделительной линии, сделайте вместе с ним поворот головы направо. Если нет движения транспорта, продолжайте переход, не останавливаясь, а если есть – остановитесь на линии и пропустите транспорт, держа ребёнка за руку.

✓ учите ребёнка всматриваться в даль, пропускать приближающийся транспорт;

✓ наблюдая за приближающимися транспортными средствами, обращайте внимание ребёнка на то, что за большими машинами (автобус) может быть опасность: едет легковой автомобиль или мотоцикл на большой скорости. Поэтому лучше подождать, если не уверены, что нет скрытой опасности.

ОПАСНОСТЬ НА ВОДОЁМАХ

- ✓ после длительного пребывания на солнце входите в воду медленно. Резкое погружение может привести к остановке дыхания;
- ✓ наблюдайте при купании за детьми – особенно, если на пляже много людей;
- ✓ умейте отличить на берегу и в воде своих детей от чужих – на самом деле это не так быстро можно сделать, как кажется;
- ✓ купание детей должно проходить под присмотром взрослых, которые хорошо умеют плавать. Не оставляйте малышей одних возле воды, следите за играми детей даже на мелководье;
- ✓ купаться следует только в специально оборудованных местах;
- ✓ на природе за городом место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное дно, нет сильного течения.

