**Консультация для родителей**

**«Безопасность детей летом»**

**Бакарас Т.В.**

Для многих из нас лето – это самое долгожданное и любимое время года.

 И взрослым и детям нравится резвиться на зеленой мягкой травке,

греться под теплыми солнечными лучами.

Но мало кто знает, что именно летом увеличивается количество травм и отравлений, ухудшается здоровье. Такая ситуация приходится на самый разгар жары – июль. Особенно беззащитны маленькие дети. В этот период малыши очень шустрые и любопытные: хотят все взять в руки, погрызть, потрогать или за секунду залезть в опасное место. Особенно привлекательны водоемы, ямы, кусты и заросли, ягоды, костры, высокие лестницы и др. Во время прогулки родители всегда должны быть начеку и не оставлять ребенка без внимания. В отпуск, во время поездки на дачу  рекомендуется брать с собой небольшую домашнюю аптечку со всеми необходимыми медикаментами и медицинский страховой полис карапуза.

Не каждый родитель может сразу и точно определить, когда ребенок сломал кость и просто сильно ушибся. Переломы наиболее часто сопровождаются болью, потерей подвижности, а в месте перелома конечность может изменить форму и др.

Если ребенок сломал кость, незамедлительно окажите ему первую помощь: прежде всего, необходимо обездвижить поврежденную конечность и успокоить ребенка. Постарайтесь обратиться в медпункт как можно быстрее. В таких случаях недопустимо заниматься самолечением! То же самое нужно сделать при вывихе.

Ни одно детство не проходит без царапин, ссадин и ушибов, ведь любопытные малыши стремятся изучить все новые и неизвестные для них места.
Если ребенок порезался, в первую очередь необходимо промыть рану и постараться остановить кровотечение, обработайте зеленкой или другой специальной мазью, наложите стерильную повязку. При ушибах нужно приложить холод к синяку или шишке.

Летом большую часть времени мы проводим на улице под палящим солнцем. Прямые солнечные лучи очень опасны для маленьких детей, которые могут быстро получить ожог или тепловой удар. Особенно опасно время с 10:00 до 15:00, когда солнце наиболее активно. Его лучше переждать в тени либо чередовать. Родители должны заранее подготовиться до наступления лета: заранее приобрести легкую панамку и специальный защитный крем для детей.

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

- надевайте на голову крохи панамку или тонкую легкую шапочку;
- одевайте ребенка только в легкую «дышащую» и свободную одежду из натуральных тканей;
- на открытые участки кожи малыша наносите тонким слоем детский защитный крем каждый час и сразу после купания. Деток младше полугода нельзя мазать таким кремом, просто не оставляйте ребенка под открытым солнцем;

- не оставляйте ребенка на солнце более чем на 30 минут;

- периодически чередуйте пребывание на солнце и в тени. Организм малыша должен успевать охлаждаться;

- давайте крохе как можно больше питья. Заранее возьмите с собой воду, чай или соки, ведь по близости может не оказаться ни одного магазина;

- не оставляйте карапуза без внимания рядом с открытым огнем. Одно неосторожное движение и он может получить серьезный ожог. Но если ребенок все-таки получил ожог, это место нужно охладить и наложить свободную стерильную повязку. Ни в коем случае не вскрывайте образовавшиеся волдыри и не затягивайте рану. Постарайтесь как можно быстрее обратиться к врачу.

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 плеч, 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.

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

Чтобы Ваш малыш не получил пищевое отравление летом старайтесь придерживаться следующих правил:
- нельзя поить кроху сырой водой, даже очищенной через фильтр. Перед употреблением ее лучше прокипятить. - всегда тщательно мойте ягоды, овощи и фрукты из огорода - на жаре всем продуктам свойственно быстро портиться. Скоропортящиеся продукты нужно съесть в течение 1-2 часов, если они лежат не в холодильнике.
- мойте руки перед каждым приемом пищи, особенно после улицы.

Особенно "богат" детскими травмами и отравлениями июль. Кроме того, по данным международной статистики, самое вероятное время для несчастного случая - воскресный вечер. Что касается возрастной "группы риска", то наиболее беззащитны дети 1-2-х лет.

По необъяснимой причине малышей 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. Отправляясь с малышом на отдых, не забудьте взять с собой домашнюю аптечку и его медицинский страховой полис.*

**Солнце доброе и злое.**

Истосковавшись по теплу и свету, летом мы проводим слишком много времени под прямыми солнечными лучами, забывая об опасности ожогов и тепловом ударе. Еще до наступления жары следует приобрести детский защитный крем, предохраняющий кожу от избытка ультрафиолета.

Солнечные ожоги вовсе не так безобидны, как думают многие. Доказано, что они могут приводить не только к преждевременному старению кожи и развитию фотодерматита (аллергии к солнечным лучам), но и к снижению зрения и даже к онкологическим заболеваниям (раку кожи).

|  |
| --- |
| **Как защитить ребенка от солнечного ожога и теплового удара:*** Выходя на улицу, обязательно надевайте малышу панамку.
* Если ребенку нет еще 6 месяцев, крем от загара использовать нельзя, просто не подставляйте малыша под прямые солнечные лучи.
* 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 А и В, 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 н будет доставлен в больницу или травмпункт, нужно позаботиться об охлаждении места ожога. Нельзя вскрывать волдыри, накладывать на ожог пластыри - лучше ограничиться свободной стерильной повязкой.

  |

**Укусы насекомых.**

С наступлением лета появляется большое количество различных сезонных насекомых. Если бабочки, стрекозы и кузнечики вполне безобидны, гораздо менее приятны их "кусачие" собратья - мухи, слепни, комары, некоторые муравьи, клещи и т.д.

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

Во время прогулок малыша 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 анфилактического шока и астматического приступа. Эти состояния требуют немедленной госпитализации ребенка.

Многих страшат укусы лесных клещей, которые якобы могут вызвать энцефалит. Однако лесные массивы Среднерусской возвышенности не таят никакой опасности. Другое дело, таежные регионы России, где могут обитать иксодовые клещи, передающие вирус страшной болезни. Чтобы уберечь ребенка от укусов клещей, необходимо прежде всего защитить волосы и открытые участки кожи - экипировать его головным убором и надевать вместо шорт длинные брюки, заменить открытые сандалии закрытой обувью, а футболки и безрукавки - рубашкой с длинными рукавами.