



Опасности лета

Казалось бы, кончились зимние холода и можно расслабиться – отдохнуть от бесконечных насморков, ангин, кашля и прочих вирусных инфекций. Однако, родителям не стоит терять бдительность.

Планируя отдых с ребенком, помните о специфических опасностях лета, которые могут подстерегать вас практически повсюду.

Теплые солнечные деньки действуют на детей как сильнейший энергетик. Они начинают больше бегать и прыгать, больше гулять, больше играть и больше рисковать. Родители должны заранее знать, какую травму может получить ребенок и как в этой ситуации ему помочь.

Синяки да шишки

В хорошую погоду малыши целые дни проводят на улице: катаются на велосипедах, бегают по двору с друзьями. Падений и ушибов здесь не избежать. Разбитая коленка - это, конечно, неприятно, но не страшно. Если вы находитесь рядом с домом, промойте рану теплой водой или обработайте перекисью водорода. Перекись, кстати, и кровотечение остановит. Ушиб или наливающийся синяк смажьте специальной мазью, предотвращающей появление гематом. Не охайте и не причитайте, иначе можете напугать ребенка.

И не ругайте его за непослушание и слезы! Маленькому и так больно и страшно, и сейчас он нуждается в утешении, а не в нравоучениях. Лучше переключите его внимание. Расскажите, чем вы собираетесь обработать рану, зачем это нужно сделать, и объясните, какие ощущения он испытает. Трехлетка вполне сможет понять вас. А годовалый пусть и не уловит смысла слов, но его успокоит плавная мамина интонация.

Бассейны и водоемы

Считают, что надувные круги и игрушки должны защищать малышей в воде. Но, как показывает практика, подобные игрушки сделаны для удовольствия, но никак не для защиты. Они создают ложное ощущение безопасности. Отсюда травмы и многие иные неприятности. В особенности опасны различные приспособления, в которых малыш не может контролировать собственное положение. В случае если он перевернется, то не сможет вернуться в былое положение и, естественно, утонет.

На первый взгляд, ничего не может случиться с ребенком в бассейне, в случае если вы на короткий промежуток времени отлучитесь забрать телефон либо приобрести напиток. Но, тем не менее, следует всегда помнить, что ребенку достаточно нескольких секунд, чтоб утонуть. На протяжении нескольких минут он может потерять сознание, а за пять минут под водой организм получает необратимые повреждения мозга, что приводит к

летальному исходу. По статистическим данным, в большинстве стран утопление является второй причиной непреднамеренной смерти в возрасте от 1 до 14 лет. А это в несколько раз превышает численность смертей от дорожно-транспортных происшествий.

Крылатые качели

Как же их любят дети всех возрастов! И почти так же сильно ненавидят травматологи. Ведь по статистике львиная доля травм случается именно из-за этой забавы.

Избежать неприятной ситуации просто. Достаточно соблюдать несложные правила.

Во-первых, не разрешайте ребенку качаться слишком долго, чтобы не закружилась голова. Если малыш просит покатать его на карусели, обязательно меняйте направление движения, раскручивая ее поочередно в разные стороны.

Во-вторых, не сажайте кроху задом наперед. Так любят делать многие мамы - усаживать лицом к перекладине для спины, чтобы ребенок за нее держался. И часто малыш бьется об нее ротиком и подбородком или теряет равновесие и опрокидывается назад. Как правило, подхватить ребенка мама не успевает, ведь она стоит перед ним, а не позади.

В-третьих, как только малыш начал самостоятельно гулять по детской площадке, объясните ему, что нельзя близко подходить к качелям и каруселям, когда на них катаются другие дети. Они могут задеть его и нанести серьезную травму.

А что делать, если малыш все же упал с качелей или горки? Срочно в травмпункт! Нужно убедиться, что у ребенка нет сотрясения мозга.

Самостоятельно вы это не определите. Да, есть общеизвестные симптомы:

слабость, тошнота, рвота, головокружение. Но некоторые ощущения кроха вам может не назвать. Он еще слишком мал и четко не осознает, что с ним происходит. А рвота иногда проявляется через несколько часов после травмы. Не выявленные вовремя сотрясение или ушиб головного мозга очень опасны. Они грозят образованием внутренней гематомы, которая влечет за собой тяжелые последствия.

Неласковое солнышко

Парадоксально, но тепловой удар у малышек часто случается в первые жаркие дни, когда мамы все еще одевают детишек по принципу «пар костей не ломит». Может, и не ломит, но вот привести к перегреванию может. Даже грудничку в жару будет дискомфортно в теплой шапочке и кофточке.

Бойтесь, что ребенка продует? Избегайте сквозняков. Шерстяной комбинезон от ветра не защитит, зато «зажарит» малыша, и вот тогда при малейшем дуновении он точно простудится.

Главный показатель того, что ему комфортно – теплые ручки и тело. Если они холодные, значит, вы одели его слишком легко, и малыш мерзнет. А если ладошки горячие, а спинка потная, срочно домой переодеться в сухой и более подходящий для такой погоды наряд.

Как только солнышко начинает припекать, родители стараются вывезти детей на природу, речку или море. Не забудьте про панамку, косынку или бандану - что угодно, лишь бы голова малыша была защищена от воздействия солнечных лучей! Это убережет кроху от переизбытка ультрафиолета, проще говоря – солнечного удара.

Ребенок стал бледным, вялым или даже потерял сознание? Значит, солнечный удар все-таки случился. Перенесите его в тень, оботрите влажным полотенцем и дайте воды. Кстати, в жару дети вообще должны много пить. С потом они теряют влагу, и ее баланс нужно поддерживать.

Необходима маленькому и защита для тела. Детям до трех лет загар противопоказан, поэтому, отправляясь на пляж, оденьте кроху в легкий хлопковый наряд. А лучше вообще держите его в тени. Для малышек постарше необходим крем от загара с фактором защиты не менее 15 единиц. Наносите его на кожу каждый час, а также всякий раз после купания, даже если погода облачная.

Следите, чтобы на пляже у ребенка были закрыты плечи и спина — самые обгорающие у малышек места.

И помните, что часы с 11 до 16 — самые опасные с точки зрения ультрафиолетовой активности. В это время гуляйте только в тенике.

Если малыш все же обгорел, заверните его во влажное полотенце и быстро домой! Протрите обожженные места раствором из воды и уксуса в равных пропорциях или намажьте специальным кремом от солнечных ожогов.

Если поднялась температура, дайте малышу жаропонижающее средство и вызовите врача.

Ой, меня укусила оса!

Летом полно кусающих насекомых: осы, пчелы, комары, слепни. Укус их не только болезнен, но и опасен. Он может вызвать аллергическую реакцию. Поэтому, если малыша кто-то покусал, сразу же дайте ему антигистаминный препарат. Затем действуйте по обстоятельствам. Жало пчелы необходимо вытащить, а место укуса обработать любым спиртосодержащим раствором.

Но лучше постараться вообще избежать нападения жужжащего «войска». Дома включайте фумигаторы, на окнах закрепите москитные сетки или марлю. Перед выходом на улицу не пользуйтесь духами и кремами с отдушкой: сильные запахи привлекают насекомых. Лучше отдайте предпочтение репеллентным салфеткам: их аромат отпугивает мошкарку.

Май-июнь - это сезон клещей, среди которых могут быть разносчики энцефалита. Поэтому если вы собрались с малышом в лес, оденьте ему длинные штанишки, курточку и шапочку. Так вы защитите ребенка от проникновения клеща под кожу. Но если это все же случи-лось, капните растительным маслом на пораженное место – и насекомое вылезет.

Бойтесь, что не справитесь? Отправляйтесь в ближайшую больницу. Там клеща вытащат и исследуют на инфицированность. И если необходимо, введут ребенку иммуноглобулин.

Неспелое, грязное, испорченное

Это основные причины сезонных пищевых отравлений у малышей. Вот кроха копается в песочнице на даче, потом забегает в дом, а там любящая бабушка вручает ему яблоко или пирожок. И ребенок хватает перепачканными ручками угощение и тянет его в рот.

Знакомый случай? Один из способов познания мира у детей – пробовать все вокруг на вкус. Летом их особенно привлекают незрелые ягодки и разнообразная травка. И все эти «вкусности» попадают, конечно же, в желудок маленького дегустатора.

Часто родители, желая подпитать кровиночку «натуральным», дают крохе напиток парным молоком. Этого делать нельзя! Во-первых, оно может содержать патогенные бактерии, а во-вторых, слишком жирное для детского желудка.

Предотвратить детские летние отравления несложно. Регулярно мойте малышу руки с мылом: после прогулки, перед едой, после посещения туалета.

Приучайте его к тому, что срывать что-то в огороде можно лишь вместе с родителями. И не держите на столе по несколько часов уже готовую пищу,

салаты, молоко. В тепле все быстро портится. В результате диарея неизбежна.

В случае отравления дайте ребенку бледно-розовый раствор марганцовки, чтобы промыть желудок. А также напоите регидроном (специальный солевой раствор, который поддерживает нужный баланс). А вот «закрепляющие» препараты давать не торопитесь: пусть кишечник полностью очистится от вредных веществ. Но если рвота или диарея продолжается у малыша вторые сутки или у него поднялась температура, срочно вызывайте врача.

