***Безопасность ребенка на прогулке в зимний период времени***

*Зима. Пожалуй, только это время года может порадовать таким*

*большим разнообразием игр и развлечений на свежем воздухе. Поэтому*

*надо скорее отправляться на улицу! Играть, закаляться и развиваться*

*физически. Зимние игры, безусловно, идут на пользу малышам. Зимние прогулки -*

*лучшая гарантия спокойного сна и стойкого иммунитета. Но нужно*

*не забывать, что во время зимних прогулок и развлечений,*

*Нас подстерегает много опасностей.*

Переохлаждение или обморожение

Прогулки в сильный мороз грозят переохлаждением и обморожением.

Распознать общее переохлаждение организма легко. Ребенок дрожит, кожа у него бледная, холодная на ощупь и покрыта мурашками. Малыш может быть чересчур разговорчив или, напротив, сонлив. Речь становится отрывистой, ребенок растягивает и с трудом произносит слова. Если измерить температуру тела, то она будет понижена чуть ли не до 35°С.

Согреть переохлажденного ребенка также поможет теплая ванна. Только принимать ее надо не меньше часа. После этого малыша надо тепло укрыть и уложить в постель. Однако помните, что общее переохлаждение чревато весьма серьезными осложнениями - от глубоких местных обморожений до тяжелого воспаления легких. Также возможны нарушения сердечной деятельности. Поэтому лучше перестраховаться и отвезти ребенка в больницу.

*Железные оковы*

В практике встречаются и холодовые травмы, возникающие при соприкосновении теплой кожи ребенка с холодным металлическим предметом. Стоит любопытному малышу схватиться голой рукой за какую-нибудь железку или, того хуже, лизнуть ее языком, как он намертво к ней прилипнет.

К счастью, «железная» рана редко бывает глубокой, но все равно ее надо срочно продезинфицировать. Сначала промойте ее теплой водой, а затем перекисью водорода. Выделяющиеся пузырьки кислорода удалят попавшую внутрь грязь. После этого попытайтесь остановить кровотечение. Хорошо помогает приложенная к ране гемоетатическая губка, но можно обойтись и сложенным в несколько раз стерильным бинтом, который нужно как следует прижать и держать до полной остановки кровотечения. Но если рана очень большая, надо срочно обращаться к врачу.

Бывает, что прилипший ребенок не рискует сам оторваться от коварной железки, а громко зовет на помощь. Ваши правильные действия помогут избежать глубоких ран. Вместо того, чтобы отрывать, просто полейте прилипшее место теплой водой. Согревшись, металл обязательно отпустит своего незадачливого пленника.

Раз уж разговор зашел о металлических предметах, напомним, что на морозе они забирают у ребенка тепло. Поэтому зимой нельзя давать детям лопатки с металлическими ручками. А металлические части санок обязательно обмотайте материей или закройте старым одеялом. Не разрешайте детям долго кататься на каруселях и качелях, лазить по металлическим снарядам, которые установлены в каждом дворе. И обязательно защищайте их руки варежками.

*Катание с горки*

Катание с ледяной горки - одно из любимейших детских забав зимой. Правда многие малыши до определенного возраста боятся кататься на горке, примерно до 3,5-4 лет, но если взять с собой маму или папу, то не так страшно!

Объясните малышу заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность. Спуск не должен выходить на проезжую часть, а малышей лучше катать с маленьких пологих снежных горок, причём в немноголюдных местах и при отсутствии деревьев, заборов и других препятствий.

*Игры около дома*

Зима тем и хороша, что за развлечениями далеко ходить не надо! Достаточно просто выйти из дома, вдохнуть свежий морозный воздух и поиграть в снежки.

Единственное, о чем можно предостеречь, это то, что под свежевыпавшим снегом может быть все что угодно: разбитые бутылки, камень либо проволока, может там оказаться и мусор, который кто-то не донес до помойки – да все что угодно! Поэтому, конечно, валяться и играть в сугробах, которые находятся, например, под окнами домов или около подъезда, нежелательно. И, конечно, не позволяйте прыгать в сугроб с высоты. Проследите, чтобы ребенок не ел снег или сосульки. Неизвестно, что таится в пушистом снежке.