

Безопасность ребёнка дома

Ежедневно напоминайте ребёнку в доверительной форме о правильном поведении в быту, используйте для этого наглядные примеры. Комментируйте всё, что может произойти, и объясняйте, почему нужно поступать именно так, а не иначе.

Объясните ребёнку, в каких случаях нужно обращаться за помощью в экстренные службы.

Напишите на листке бумаги все номера телефонов, по которым ребёнок может позвонить в случае опасности. Оставьте эту информацию на видном месте.

- Объясните ребёнку, что нельзя открывать дверь незнакомцам и впускать в дом посторонних, кем бы они ни представлялись.
- Оградите детям доступ к любым видам открытого огня в доме. Держите спички и зажигалки в недоступном для детей месте.
- Ограничьте доступ к нагревательным электрическим приборам (фену, утюгу, обогревателю и т.д.).
- Установите специальные заглушки на электрические розетки.
- Закрывайте на ключ или установите спецификсатор на шкафчики с химическими веществами, красками, лекарствами.
- Объясните, что пользоваться средствами бытовой химии, режущими и колющими предметами можно только в присутствии и с разрешения взрослых.
- Во время купания не оставляйте ребёнка одного.



**Будьте
всегда на связи
со своим
ребёнком!**



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ



ОГБУЗ "Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Костромской области"



Осторожно! Солнце!

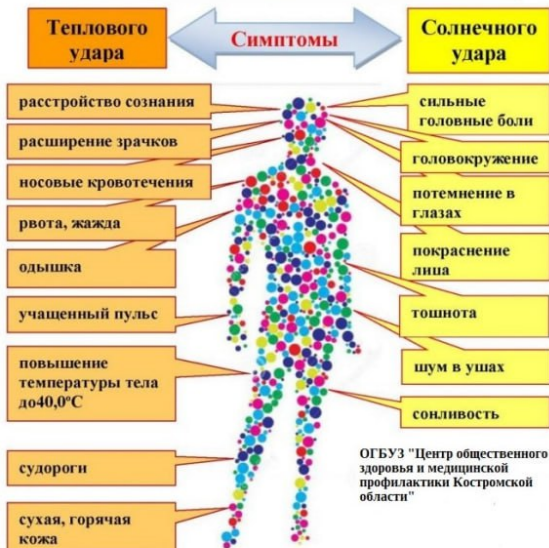


Солнечный удар – это прямое следствие длительного и (или) очень интенсивного воздействия солнечного излучения на незащищенную поверхность головы.



Тепловой удар – результат общего перегрева организма, в том числе под воздействием солнечных лучей.

Первая помощь



1. Перенесите пострадавшего в тень или в прохладное помещение. Обеспечить постоянный приток свежего воздуха.
2. Уложите на спину, подложив под шею и ноги валик или сумки.
3. Ослабьте ворот рубашки, расстегните ремень. Снимите синтетическую одежду с пострадавшего.
4. К голове, на шею, к ладоням и в подмышечную область положите холодный компресс.
5. Тело оботрите холодной водой, оберните влажной простыней.
6. Напите обильно прохладной водой. Внимание! Нельзя давать алкогольные напитки и напитки, содержащие кофеин.
7. Наблюдайте за тем, дышит ли пострадавший. Если дыхание отсутствует, начинайте искусственное дыхание. Проверяйте пульс. При остановке кровообращения приступайте к непрямому массажу сердца. В случае нарушения дыхания и/или кровообращения, судорог и стойкого нарушения сознания немедленно вызовите скорую помощь.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



**Старайся не
переохладиться и
не перегреться**



**Не ныряй в
незнакомых местах -
не известно, что
лежит на дне**



**Не перегружай
лодку, избегай
столкновений
с другими**



**Не заплывай
за буйки,
не приближайся
к судам**



**Не купайся в
нетрезвом виде
и в неустанов-
ленных местах**



**Не стой, не играй
в местах, где можно
упасть в воду**



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ



ОГБУЗ "Центр общественного здоровья и медицинской профилактики
Костромской области"



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ЖАРУ:



Меньше
активной
деятельности



Чаще
принимайте
душ



Избегайте
слишком
холодной воды



Не находитесь
на солнце дольше
15-20 минут подряд



Избегайте поездок
в общественном
транспорте
в жаркие часы



Пейте
минералку



Не пейте
алкоголь



Не злоупотребляйте
тяжелой
пищей



Носите
головной
убор



Проконсультируйтесь
с лечащим врачом
(может понадобиться
корректировка
приема лекарств)



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ



ОГБУЗ "Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Костромской области"

ПРОФИЛАКТИКА ЛЕТНИХ ДЕТСКИХ ТРАВМ

Лето - ты прекрасно, когда безопасно!
Чтобы избежать летних травм, выполняйте эти ПРАВИЛА

НА ВОДЕ



НЕ БАЛУЙСЯ
НА ВОДЕ



НЕ ИГРАЙ
НА ВЫСОКИХ
БЕРЕГАХ



НЕ ЗАХОДИ
ГЛУБОКО ВОДУ



ПРИ КАТАНИИ НА ЛОДКАХ
И ЛОВЛЕ РЫБЫ С ЛОДОК НАДЕВАЙ
СПАСАТЕЛЬНЫЙ ЖИЛЕТ



НЕ КУПАЙСЯ И НЕ НЫРЯЙ
В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ



НИКОГДА НЕ ПЛАВАЙ
БЕЗ ПРИСМОТРА ВЗРОСЛЫХ



НЕ ПОЛЬЗУЙСЯ НА ВОДЕ
НЕПЛАВАЮЩИМИ
ИГРУШКАМИ



ДЕПАРТАМЕНТ
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ



ОГБУЗ "Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Костромской области"