## **"В Лето - БЕЗ опасности!"**

**Уважаемые родители!**

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. Рекомендуется взять с собой небольшую домашнюю аптечку со всеми необходимыми медикаментами и медицинский страховой полис малыша.

**Травмы**

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, наложите стерильную повязку. При ушибах нужно приложить холод к синяку или шишке.

**Солнце**

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 ребенка 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. Если ребенка нельзя мазать таким кремом, просто не оставляйте его 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 ребенку как можно больше питья. Заранее возьмите с собой воду, чай или соки, ведь по близости может не оказаться ни одного магазина;

— не оставляйте малыша 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.

**Насекомые**

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  (мухи, 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 пчёл, 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.

**Отравления**

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.

И постарайтесь летом больше находится на свежем воздухе и вести правильный образ жизни.

**Вода**

Главное условие для **безопасности** - купаться под присмотром взрослых.

Нужно объяснить ребенку, что нельзя купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может быть очень опасным: затопленная коряга, острые осколки и глубокие ямы.

Прежде чем заходить в воду, нужно посмотреть, как она выглядит (не следует купаться в грязной воде, также следует воздержаться от купания если вода имеет необычный цвет и запах).

Также дети должны твердо усвоить следующие правила:

игры на воде очень опасны *(нельзя, даже играючи, "топить" друзей или "прятаться" под водой)*;

ни в коем случае нельзя прыгать в воду в не предназначенных для этого местах;

запрещается далеко заплывать на надувных матрасах и кругах;

не нужно звать на помощь в шутку. Ведь если на самом деле понадобиться помощь, вам могут не поверить.

**Окна**

В летний сезон участились случаи выпадения детей из окна. Каждый год от падения с высоты гибнет огромное количество детей. Многие родители забывают о том, что открытое окно может быть смертельно опасно для ребенка. Дети очень уязвимы перед раскрытым окном из-за естественной любознательности. Не оставляйте детей без присмотра в комнатах с открытыми окнами, помните, что москитная сетка – не спасет от выпадения. За ненадлежащее исполнение обязанностей родителей ребенка ожидает либо предупреждение, либо штраф.

Как защитить ребенка от падения из окна:

• Открывая окна в квартире и проветривая помещение, убедитесь, что ребенок при этом находится под присмотром;

• Во время проветривания открывайте фрамуги и форточки, если же решили открыть окно, то не больше, чем на 10 сантиметров (лучше поставить ограничители, так называемые «детские замки»);

• Не разрешайте ребенку выходить на балкон без сопровождения взрослых;

• Никогда не оставляйте спящего ребенка одного в квартире;

• Отодвиньте всю мебель, включая кровати, от окон, чтобы малыш не смог залезть на подоконник;

• Не показывайте ребенку, как открывается окно;

• Не учите ребенка стоя на стуле (или ином приспособлении) выглядывать в окно;

• Большая опасность – москитные сетки, на которые дети опираются, как на некое препятствие (а они не рассчитаны на вес даже годовалого крохи), в итоге ребенок выпадает вместе с сеткой;

• Если ребенок 5-7 лет боится оставаться в квартире один, не оставляйте его даже на короткое время, чтобы тот, выглядывая из окна в надежде увидеть родителей, не выпал из окна;

Следование этим рекомендациям поможет **обезопасить** жизнь и здоровье ребенка. Позволит провести летние каникулы избежав происшествий!