

Консультация для родителей

Позаботимся о здоровье наших детей летом

Важнейшая задача семьи и детского сада - научить ребенка ответственно относиться к себе и окружающим людям, уметь предвидеть и распознавать опасности, соблюдать несложные правила личной безопасности, выработать модели поведения в экстремальных ситуациях.

Рядом с человеком находятся потенциальные, т. е. возможные опасности. Чтобы они не превратились в действительные, надо не только хорошо знать, но и своевременно устранять причины, при которых возможная опасность может превратиться в реальную. Очень часто взрослые не придают значения скрытой опасности, проявляя при этом непростительную беспечность, которая впоследствии может стоить жизни и здоровья им, их детям, окружающим людям. Давайте проверим себя: подумайте и ответьте себе на ряд вопросов: Если вы ответили хотя бы на один вопрос отрицательно, стоит задуматься и отнестись более ответственно к жизненно важным вопросам.

Первое о чем хотелось бы поговорить безопасное поведение на воде. Главное что необходимо сделать, научить плавать и не бояться воды ваших детей, поскольку, на мой взгляд, главная причина несчастных случаев на воде – паника. Хочу обратить ваше внимание еще на один момент. Если вы вели себя на воде аккуратно, то ребенок подсознательно будет копировать ваше поведение.

Следующее о чем следует напомнить, риск получения теплового и солнечного удара. Симптомы солнечного удара: покраснение кожи, головокружение, головная боль, тошнота, общая слабость, вялость, ослабление сердечной деятельности, сильная жажда, шум в ушах, одышка, повышение температуры тела, в тяжелых случаях - потеря сознания. Под воздействием солнечных лучей могут возникнуть ожоги кожи 1-2 степеней. Наиболее опасно пребывание на солнце с 11 до 17 часов дня. В это время риск перегрева максимален. В жаркое время суток старайтесь больше находиться в тени. Избегайте прямых солнечных лучей. Обязательно наденьте головной убор. Пейте много жидкости, лучше минеральной воды (не менее 2 литров в день). После длительного пребывания на солнце входить в воду следует постепенно, чтобы тело привыкло к прохладной воде. Во избежание ожогов необходимо использовать солнцезащитные средства. Наносите их за 10-20 минут до выхода из дома или сразу после купания в открытых источниках. Не надо забывать и о солнцезащитных очках.

Следующее о чем хотелось бы напомнить – возможное получение травм. Конечно, вы - опытные родители и знаете, как помочь ребенку при

небольших травмах. Современный ассортимент аптек позволяет родителям запастись различными антисептическими препаратами, которые помогут оказать первую помощь. Практически все ваши дети увлечены активными видами спорта, особенно велосипедом. Это замечательно. Покупая велосипед или ролики, уделите время не только выбору хорошей модели спортивного инвентаря, но и защите коленок, запястий и головы. Перед тем, как ваш ребенок откроет новый спортивный сезон, убедитесь, что его велосипед, ролики и скейт исправны, соответствуют возрасту, росту и размеру ноги: колеса подкручены, болты закручены, цепь не скрипит и смазана.

Также прошу вас обратить внимание на профилактику и предупреждение преступлений против жизни, здоровья детей. И девочки, и мальчики должны точно усвоить правила:

1. Не общаться с незнакомцами (ни с мужчинами, ни с женщинами), ничего у них не брать и не вести к себе домой, не называть свой адрес, фамилию, телефон. *Взрослый должен просить помощи у взрослого, и не должен обращаться к ребенку!*

2. Если тебя кто-то схватил и тащит, то громко зови на помощь и кричи, что это не твои родители, обращай на себя внимание прохожих. Если тебя преследуют, то иди в сторону родителей или просто людные места (нельзя забиваться в тупики или заходить в темные подьезды), проси помощи у полицейского (милиционера), охранника, продавца или просто взрослых людей

Лето – пора жаркая и время распространения всевозможных инфекций и отравлений. Будьте осторожны, и систематически напоминайте детям соблюдать ряд несложных правил: первое и самое главное – мыть как можно чаще руки, пить только чистую воду, а так же не пробовать незнакомые ягоды и грибы.

В каждом доме на самом видном месте должны быть телефоны экстренных служб, а также телефон родителей, соседей, родственников и т.д., кому в случае возникновения ЧС ребенок может позвонить.

Наши дети являются участниками дорожного движения. Не забывайте летом им напоминать о ПДД. Безопасность детей – каждодневная забота. Удачного лета всем!






Солнечный удар:




Носовое кровотечение
Потеря сознания
Тошнота

Тепловой удар:

Головная боль
Потемнение в глазах
Покраснение кожи
Тошнота

Что делать?

-  Вызвать «скорую»
-  Перенести пострадавшего в тень
-  Освободить от лишней одежды, расслабить ремень

-  Обтереть тело холодной водой
-  Холодный компресс на лоб
-  Дать пострадавшему пить

АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Травматизм



**Ежегодно
в России
объявляют
в розыск
почти
30 000
детей
и подростков**

Будь осторожен! с незнакомыми людьми

**НИКОГДА, НИКУДА, НИ ЗА ЧТО
НЕ ХОДИ С НЕЗНАКОМЫМ
ЧЕЛОВЕКОМ!**

Все родители говорят детям одно и то же...

И все-таки время от времени случается, что ребенка уводит чужой человек, и тогда этого ребенка часами не находят или находят уже опоздавшими или даже убитым. Этих детей не крадут из кроватки ночью. Их уводят прямо с улицы: один белая дрянь. Им просто говорят: «Пойдем, я покажу тебе интересные или красивые, уютные местечки» — и ребенок САМ дает чужому дяде руку. Он думает в этот момент о котенке и о мороженом, а вовсе не о том, что говорят родители. И оказывается в полной власти злодея.



БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ! ОТ КИШЕЧНЫХ ИНФЕКЦИЙ!

Чтобы уберечь ребенка от острых кишечных инфекций и пищевых отравлений приучайте детей и не забывайте сами соблюдать простые правила личной гигиены и безопасности:

- тщательно мойте руки перед едой, приготовлением пищи и после посещения туалета
- употребляйте только кипяченую или бутилированную воду
- тщательно промывайте овощи, фрукты и ягоды
- предохраняйте продукты от загрязнения
- готовьте пищу перед употреблением.



ЗНАЙТЕ ПРИЗНАКИ ЗАБОЛЕВАНИЯ:

- повышение температуры, слабость, снижение аппетита
- понос, рвота, вздутие живота
- боли в животе
- беспокойство, жажда



Помните! При появлении признаков заболевания у ребенка немедленно обращайтесь к врачу. Не занимайтесь самолечением. Соблюдение этих простых правил сохранит здоровье Вашему ребенку.

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ МЕНЯ!

ЕЖЕГОДНО В ОГНЕ ПОГИБАЕТ
БОЛЕЕ **30** ДЕТЕЙ

ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ
СПАСЕНИЯ 101



МИНИСТЕРСТВО ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ



