***Как защитить ребенка от солнечного ожога и теплового удара:***

* Выходя на улицу, обязательно надевайте ребенку головной убор
* Для детей старше 6 месяцев необходим крем от загара, с фактором защиты не менее 15 единиц.
* Наносить защитный крем следует на открытые участки кожи каждый час, а также всякий раз после купания, даже если погода облачная.
* В период с 10.00 до 15.00, на который приходится пик активности ультрафиолетовых лучей лучше вообще не загорать, а посидеть в тени.
* Даже если ребенок не обгорел в первые 5 дней, срок пребывания на открытом солнце не должен превышать 30 минут.
* Ребенок периодически должен охлаждаться в тени - под зонтиком, тентом или под деревьями.
* Одевайте малыша в легкую хлопчатобумажную одежду.
* На жаре дети должны много пить.
* Если ребенок все-таки обгорел, заверните его в полотенце, смоченное холодной водой, а вернувшись домой, оботрите раствором, состоящим воды и уксуса в соотношении 50 на 50.
* Летом повышается риск и термических ожогов. Сидя у костра или помешивая в тазу варенье, будьте предельно внимательны, если рядом с вами находится маленький ребенок.
* Если размеры ожога превышают 2,5 сантиметра, он считается тяжелым, и ребенку требуется специализированная медицинская помощь. До того, как он будет доставлен в больницу или травмпункт, нужно позаботиться об охлаждении места ожога. Нельзя вскрывать волдыри, накладывать на ожог пластыри - лучше ограничиться свободной стерильной повязкой.

|  |  |
| --- | --- |
| ***Царапины и ссадины***  Места порезов и царапин важно своевременно промыть, остановить имеющиеся кровотечения, приложить холод к синяку или шишке, смазать ранение зеленкой или соответствующей мазью, наложить чистую повязку или пластырь. Не менее важно успокоить расстроенного и испугавшегося ребенка, утешить его и "полечить".  ***Пищевые отравления***  Даже обычные для ребенка продукты питания ***в жаркое время*** года быстро портятся, а срок их хранения сокращается. Как избежать пищевого отравления:   * Мойте руки до и после того как дотронулись до пищи. * Горячую пищу следует разогревать и подавать в горячем виде. Готовьте мясо и молочные продукты при температуре не ниже 70 градусов. * Скоропортящиеся продукты можно держать не в холодильнике - при комнатной температуре (около 20 градусов) - не более 2-х часов. Если в жару вы отправились на пикник, то время хранения продуктов снижается до 1 часа. * Перегретый автомобиль превращается в настоящий инкубатор микробов. Продукты можно держать в машине не дольше 15 минут.   ***Что должно быть***  ***в домашней аптечке:***  ***Жаропонижающие средства; антигистаминные препараты; перекись водорода в виде стандартного раствора малой концентрации используется в качестве кровоостанавливающего средства после нетяжелых травм - порезов, царапин; раствор бриллиантовой зелени, применяется для поверхностной обработки кожи или расчесов после укусов комаров; Смекта пригодится при кишечных расстройствах; крем-бальзам "Спасатель»; медицинские бинты; вата; набор пластырей различного размера; ножницы***  ***Отправляясь на отдых, не забудьте взять с собой домашнюю аптечку и медицинский страховой полис ребенка.***  ***Укусы насекомых.***  С наступлением лета появляется большое количество различных сезонных "кусачих" насекомых.  Справиться с ними в помещении можно при помощи фумигатора. Для детской комнаты предпочтителен фумигатор, работающий от сети. Москитная сетка или даже обычная марля, помещенная на окно, - обязательный элемент защиты ребенка от назойливых насекомых.  Во время прогулок малыша выручат специальные салфетки-репелленты, пропитанные особым составом, запах которого отпугивает летающих "агрессоров" на протяжении нескольких часов. Укусы пчел, ос или шмелей не только болезненны, но иногда приводят к развитию серьезных аллергических реакций, вплоть до анафилактического шока и астматического приступа. Эти состояния требуют немедленной госпитализации ребенка.  Чтобы уберечь ребенка от укусов клещей, необходимо прежде всего защитить волосы и открытые участки кожи - экипировать его головным убором и надевать рубашку с длинными рукавами, брюки. |  |

***Лето богато детскими травмами и отравлениями.***

***Детей неумолимо притягивают места и предметы, потенциально опасные для здоровья, а иногда и жизни - водоемы, канавы, колючие кусты, ядовитые растения, костры, высокие лестницы и автотрассы с оживленным движением. Учитывая все это, родителям надо все время быть начеку, не оставлять ребенка без присмотра.***

******

***Напомним,* номер единой службы спасения – 112**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

МБДОУ детский сад №3 «Аленушка»

****Внимание: ЛЕТО!**

****