

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №30 для детей раннего возраста
Колпинского района Санкт-Петербурга

Консультация для родителей

"Опасности летом"

Консультацию подготовил
воспитатель Швецова Г.А.

Санкт-Петербург, г. Колпино
2017 г.

Впереди долгожданное тепло и летние отпуска, частые поездки за город, а значит, большую часть времени дети будут проводить на свежем воздухе. Конечно, все мы — взрослые — желаем нашим детям только добра, а потому стараемся уберечь от всевозможных опасностей и неприятностей, способных омрачить отдых. Но всего не предусмотреть... Тем более, проблемы порой таятся там, где их не ждали.

Наиболее часто встречающаяся опасность – это **солнечный (тепловой) удар**.

Когда ребенок бежит под прямыми солнечными лучами без головного убора, то он рискует получить солнечный удар, то есть перегрев головы. Не стоит забывать о том, что даже в тени ребенок должен быть защищен от солнца. Солнечные лучи отражаются от воды и песка. Даже в пасмурную погоду они проникают сквозь облака. Перегрев всего организма приводит к тепловому удару. Необходимо помнить, что теплообмен у малышей происходит намного быстрее, чем у взрослого. Детский организм может перегреться, если ребенок слишком тепло одет или находится долго в душном жарком помещении. Симптомы схожи при обоих ударах: ребенок капризничает, вялый, сонный, наблюдается повышение температуры, редко, но бывает обморок. Дети могут жаловаться на жажду и головную боль.



В период солнечной активности (с 10 утра до 16 часов дня) постарайтесь проконтролировать, чтобы ребенок не находился под прямыми лучами солнца. Не забудьте подобрать головной убор, одевайте ребенка в свободную одежду из натуральных тканей.

В солнечные дни детям, как и взрослым, нужно пить много воды. Помните, что в жаркую погоду пить нужно обычную воду без газа, сахара и ароматизаторов, сладкие напитки только увеличивают жажду.

Что следует сделать, если вы подозреваете у ребенка солнечный(тепловой) удар:

Ребенка немедленно нужно перенести в тень. На область головы, шеи, подмышек, паха, нужно положить холодный компресс, который следует менять по мере высыхания. Можно ребенка всего обернуть влажной простыней. Через час или полтора, температура должна нормализоваться. Чтобы не произошло обезвоживание организма, ребенку надо чаще давать пить теплую воду, в которую лучше добавить лимон. Если спустя полтора - два часа, ребенок продолжает жаловаться на плохое самочувствие, необходимо обратиться к врачу.



Не менее серьезная опасность в летний период – это **солнечные ожоги**. Рекомендуется с ребенком ходить на пляж до десяти часов утра и после пяти часов вечера, при всем при этом, ребенок должен находиться в полутени.

В первые 2-3 дня после приезда на юг, детишек необходимо не раздевать, а наоборот, одевать в легкую свободную одежду, которая закрывает все тело. И лишь только потом, постепенно оголять тело. Иначе на теле у ребенка могут появиться ожоги – покраснения, ранки или даже волдыри.

Во избежание солнечных ожогов запаситесь на лето солнцезащитными средствами. Наносите их за 10-20 минут до выхода из дома или сразу после купания в открытых источниках. Поэтому кожу детей обязательно нужно защищать от действия солнечных лучей с помощью солнцезащитных кремов с фактором SPF не ниже 30 и двойным экраном: от лучей UVB и UVA-спектра. Крем наносят каждые два часа, так как часть крема впитывается, а часть смывается водой. Водостойких средств это также касается.

Что следует сделать, если ребенок все же получил солнечные ожоги:

Если все же произошло худшее, то намажьте на пораженный участок пантенол или другое похожее средство. Пузырьки протыкать нельзя, можно занести инфекцию. И не выходите с ребенком на солнце пока он не поправится.

Как не странно, еще одной, но довольно часто встречающейся опасностью, является **переохлаждение**.

Дети от него не застрахованы даже в жаркую погоду. К примеру, если ребенок уже больше часа не вылезает из реки или озера, или побегав по лужам, пришел домой с мокрыми ногами (но, чтобы это действительно было причиной переохлаждения, ему так нужно пробегать целый день). А чтобы ребенок не переохладился от купания в речке, не разрешайте ему там долго находиться. Для начала пяти-десяти минут вполне будет достаточно. Зато в речку зайти можно несколько раз. Не давайте ребенку, который сильно разогрелся на солнце, сразу идти купаться, пусть сначала в теничке остынет.

Если ребенок переохладился, у него начинается озноб, редкий пульс, бледнеет кожа, во время купания синеют губы.



Что следует сделать, если малыш переохладился:

Ребенка нужно согреть, растереть кожу и напоить горячим чаем. Если кроха сильно промочил ноги, то их можно попарить. Или под теплую воду поставить его ручки, рефлекторно ножки тоже согреются. Оденьте теплые носочки и уложите в постель.



Также опасность могут в себе таить **ядовитые растения**.

Многие даже безобидные растения могут вызвать проблемы со здоровьем у ребенка. А еще хуже, если ребенок съест ядовитые волчьи ягоды, белену или мухоморы... Главной задачей взрослых, чтобы не допустить подобную неприятность, является то, чтобы не отпускать малыша из поля зрения. Старших детей нужно знакомить с ядовитыми растениями.

Если ребенок все же попробовал ядовитые грибы или ягоды, то действуйте, как при отравлениях: пусть ребенок выпьет большое количество воды, вызвать потом рвоту и опять много воды пить. Нужно вызвать врача, если ребенок стал сонливым, вялым или наоборот, слишком возбудимым, у него сухость во рту

Как помочь ребенку в случае отравления:

Для начала необходимо как можно скорее убрать из желудка отравляющие вещества, для этого его нужно промыть, а потом потерянную жидкость восполнить. Дайте ребенку много теплого питья, потом попытайтесь у него вызвать рвоту, для этого надавите на корень языка. Потом снова вода и вызывание рвоты.

Потом следует дать сорбенты: энтеросгель, смекта и т.д.. Если под рукой нет сорбентов, то дайте ребенку сухарик черного хлеба, он в себя возьмет немного токсинов. Главное – нужно давать частое обильное питье, чтобы быстрее вывести токсины и восполнить потерю жидкости в организме. Но все же обязательно вызовите врача.

Не для кого не секрет, что **укусы насекомых** несут в себе немалую опасность.

Мухи и комары – не так опасны, как клещи, пчелы и осы, ведь они могут быть переносчиками опасных заболеваний. Лучше всего ранней весной сделать



ребенку прививку от энцефалита клещевого. Если вы прививку не сделали по каким-либо причинам, то будьте осторожны, не позволяйте ребенку бегать по высокой траве.

Перед прогулкой в лес, наденьте на ребенка брюки, рубашку с длинным рукавом и головной убор. Если у ребенка аллергия на укусы комаров, пчел или ос, то натяните сетку на окна, чтобы они не пробрались в дом.

Как помочь ребенку при укусах насекомых:

Если все-таки ребенка укусил клещ, то незамедлительно обратитесь к врачу. Врач вытащит насекомое и введет специальное лекарство. Если ребенка укусила пчела, то нужно осторожно вынуть жало, промыть ранку водой и приложить лед, это поможет снять зуд и жжение. Дайте препарат против аллергии. Если ребенок стал вялым, осип голос у него и место укуса увеличивается, то вызывайте скорую.

Если быть внимательными и выполнять вышеуказанные советы и рекомендации, то ничто не сможет омрачить летний отдых, ни вашему ребенку, ни вам. Летние опасности для детей пройдут стороной!



БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ ДЕТЕЙ!