

## Консультация для родителей «Лето и безопасность ваших детей»

Лето – самое благоприятное время, когда необходимо использовать все имеющиеся возможности для оздоровления ребенка. С наступлением тёплых солнечных дней мы всё больше времени проводим на свежем воздухе. Для детей лето – это прекрасная пора. В летние солнечные дни можно много времени проводить на улице, играть в различные подвижные игры, строить песочные замки на берегу моря, лепить куличи в песочнице, кататься на велосипеде, роликах, самокате. Прекрасная летняя пора является наиболее травмоопасным временем года, особенно для детей. На этот период приходится пик случаев, когда ребёнок может находиться в опасности, связанных с тепловыми ударами, травмами, отравлениями и другими опасностями летом.



Летом дети должны быть на свежем воздухе как можно дольше. Прогулки, купание, игры – лучший отдых. В чем же опасность прогулок на свежем воздухе?

- Тепловой удар.
- Травмы.
- Отравление ядовитыми грибами и растениями.
- Укусы насекомых,
- Опасности на водоемах.



## **Солнце хорошо, но в меру**

▪ Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна. Воздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. Воздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов. Каждую воздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой. Дети дошкольного возраста после недельного курса воздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны. Загорать ребёнку лучше во время игр и в движении. Солнечные ванны в сочетании с воздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие. Дети становятся устойчивее к простудным заболеваниям.



### **Осторожно: тепловой и солнечный удар!**

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела.

Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой. Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма воздушных ванн. При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышек часто отмечается расстройство кишечника. Что делать, если ребёнок всё же получил ожог? Для облегчения боли при солнечном ожоге, смочите пораженный участок прохладной водой. Ребёнку необходимо дать легкое болеутоляющее, которое не содержит аспирина. Солнечный ожог средней тяжести у малышек может сопровождаться ознобом и повышением температуры. В этом случае желательно вызвать врача, поскольку солнечный ожог не менее опасен, чем тепловой. Пока не пройдет краснота с обожженных участков тела, их следует закрывать от солнца. У маленьких детей очень часто случаются тепловые удары, и они наиболее распространены в самом начале сезона. Дело в том, что организму малыша требуется время, чтобы приспособиться к теплу. Для предотвращения теплового удара необходимо часто давать ему пить чистую воду без газа. На жаре очень быстро происходит обезвоживание малыша, что и может привести к тепловому удару. Считается, что ребёнку нужно давать пить только тогда, когда он попросит. Но в жар-

кую погоду обезвоживание может наступить очень быстро и когда ребёнок попросит пить, его организм уже может быть обезвожен.

В тяжёлых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на лоб положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.

**Где бы вы не отдыхали, помните, что нельзя оставлять детей без присмотра ни на секунду!**

### Царапины и ссадины

Ссадины, царапины и порезы являются вечными спутниками детских игр на улице и дома. Маленьким детям сложно координировать свои движения.

### **Песочница**

Песочница, которая как кажется самая безобидная, такой не является. Вполне вероятным может быть попадание в руки ребенка вместе с песком битого стекла или других опасных материалов.



### **Качели**

Более опасными являются качели, ведь практически каждый ребенок хоть раз был задет ужасно тяжелыми металлическими качелями. Часто это случается, когда маленький ребенок просто раскачивает пустые качели. Ему тяжело еще предусмотреть с какой силой и куда они будут лететь, в этом случае и происходит удар часто в области головы. Также может быть нанесена ребенку травма, если он просто бежал рядом с качелями, а другой ребенок не успел остановить качели.





## Карусели

Ту же опасность представляют и круговые карусели. Здесь возможность получения травмы существует даже при спуске ребенка с карусели. Обычно в эти моменты она не останавливается, поэтому ребенок может получить удар сзади. Также ребенок может получить удар, если он сам раскручивал карусель и резко остановился.



## Горка

Несмотря на материал, из которого изготовлена детская горка, всегда существует вероятность получения травмы от нее. Летом необходимо внимательно относиться к металлическим и пластмассовым горкам, которые сильно нагреваются под прямыми солнечными лучами.

Детская кожа очень нежная и существует возможность получить ожог. Если горка деревянная, то есть опасность получения занозы ребенком. Кроме того, важно чтобы у горки был более пологий скат, так как при падении с этой горки у ребенка уменьшится возможность получения травмы головой.



Поэтому родители должны знать, как правильно оказать своему ребёнку первую помощь. В случае если ваш ребёнок поранился, необходимо уметь оказать ему помощь. Ранку нужно промыть проточной водой и чем лучше её промыть, тем меньше риск инфицирования и тем быстрее она заживёт. Небольшое кровотечение останавливать не надо – с током крови из ранки выходят кровь и бактерии. Для того чтобы остановить кровотечение из мелких сосудов, достаточно наложить на ранку давящую повязку на несколько минут. Для уменьшения притока крови к ранке, необходимо поднять вверх конечность. Для обработки ранки имеются различные антисептические препараты. Сейчас в аптеке

имеется много антисептиков. Это порошок-присыпка - баноцин, растворы – мирамистин, хлоргексидин, карандаши антисептики.



Необходимо обращать внимание на состав препарата. Спиртосодержащие препараты могут вызвать ожог и некроз тканей.

Обрабатываем ранку перекисью водорода, мирамистином или хлоргексидином и зелёной. Необходимо знать, что в глубокие раны перекись водорода не заливается, а йодом обрабатывается только край ранки. Если ребёнок находится дома, ранку желательнее не закрывать, дать ей подсохнуть и затянуться. На улице лучше заклеить ранку пластырем, чтобы в неё не попадала пыль.

Если повязка присохла, сдирать её нельзя, поскольку можно спровоцировать кровотечение и возрастет риск возникновения шрамов. Повязку необходимо отмочить и аккуратно снять.

Если земля попала в ранку, это может быть опасно заражением столбняка, в том случае, если ребёнок не привит. Также опасны ранки, нанесённые животными, поскольку они могут быть переносчиками бешенства. Поэтому при укусе животного следует тут же обратиться к врачу для вакцинации. Важно знать, что бешенство практически не лечится и может закончиться смертельным исходом, но предотвратить заболевание может своевременное введение вакцины.



## **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИЯХ, ТРАВМАХ УШИБ**

**Ушибленное место опухает, появляется синяк. Если кожные покровы не нарушены, нет ссадин, на травмированное место рекомендуется наложить холодные примочки, обеспечить его покой, что уменьшит болевые ощущения.**

**Ушиб головы может сопровождаться кровоизлиянием в мозг, его сотрясением. Ребенок жалуется на головную боль, шум в ушах, слабость; бледнеет, появляется рвота. При сильном сотрясении отмечается значительное головокружение и даже потеря сознания. Такие признаки иногда появляются не сразу, а через несколько часов. Поэтому необходимо внимательно наблюдать за упавшим ребенком даже при малейшем подозрении на ушиб головы, например, при падении с горки, с качелей, велосипеда, столкновении партнеров по игре и т.п. При появлении признаков сотрясения мозга взрослые должны обеспечить ребенку полный покой, уложить его, на голову – холод, к ногам – грелки, и вызвать врача.**

### **РАСТЯЖЕНИЕ СВЯЗОК И СУХОЖИЛИЙ**

**Такие повреждения связаны с неудачными прыжками, поворотами, резкими движениями. При беге и прыжках чаще бывает растяжение голеностопного сустава, при падениях на руку – лучезапястного сустава. В отдельных случаях наблюдается растяжение коленного или локтевого суставов. Травмированный сустав припухает, движения его становятся ограниченными, болезненными. Следует наложить на поврежденное место тугую повязку из бинта,**

## **РАНА**

При ранении нарушается целостность кожи, слизистых оболочек, нередко и мышц. Надо сразу же принять меры для дезинфекции, используя йод (5 – 10%-ная спиртовая настойка), марганцовокислый калий (слабые растворы – 1:1000 и 0,5-%), «зеленку» (бриллиантовый зеленый краситель), мазь Вишневского. Нельзя промывать рану водой, касаться ее руками, на которых всегда есть микробы. Ссадины, царапины, неглубокие порезы необходимо обработать обеззараживающим средством и перевязать стерильным бинтом. У более крупной раны обработать края, на нее наложить стерильную повязку.

При пешеходных прогулках, ходьбе без носков или в новой обуви может появиться **ПОТЕРТОСТЬ НОГ**. Легкая потертость не нарушает кожных покровов: имеется покраснение, пузырь, под которым скапливается жидкость. Его вскрывать не надо. Лучше осторожно промыть слабым дезинфицирующим раствором, смазать йодом и наложить стерильную повязку. Следует обязательно сменить носки и поменять обувь на более просторную и мягкую.

## **КРОВОТЕЧЕНИЕ**

Кровотечение возникает при ушибах, порезах. Ребенку надо внушить, что не произошло ничего страшного, сейчас ему помогут. Если кровь идет из носа, усадить малыша с откинутой головой назад, расстегнуть ворот, пояс, прижать пальцами крылья носа, положить на переносицу холодную примочку. При обильном кровотечении можно носовые ходы плотно заложить тампонами из ваты, смоченными раствором перекиси водорода.

## **Отравление ядовитыми грибами и растениями.**



Прогулка в лес – это очень хороший отдых, который укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть некоторые правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка, так как лес может таить в себе опасность. Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут



в лесу, на полях и лугах. Объясните, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать все подряд (ягоды, травинки). Для закрепления знаний полезно использовать настольные игры, соответствующий наглядный материал, а в летний сезон во время прогулки в лес показать ядовитые растения и грибы «в живую».



## Пищевые отравления.

Скажите «НЕТ» пирожным, сладостям, пирожкам и другим готовым продуктам, которые продаются на улице или в палатках. Особенно это опасно в жаркие дни. На жаре все продукты очень быстро портятся и могут быть причиной отравления. Как бы ребёнок не просил купить ему лакомство, которое продаётся на улице, не идите у него на поводу, а лучше объясните ему причину отказа. Также причиной отравления может быть некачественная вода. Поэтому отдавайте предпочтение бутилированной воде. Дома под рукой всегда должны быть энтеросорбенты, которые необходимо дать ребёнку после промывания желудка.



В стоячей воде – бассейне, садовой бочке, прудах, могут обитать возбудители разных кишечных инфекций. Для маленьких детей очень опасны кишечные инфекции, поскольку из-за рвоты и поноса происходит сильное обезвоживание организма. Маленький ребёнок может умереть при потере более 10 % веса.

Не забывайте брать на

прогулку бутылочку с водой для ребёнка. Следите, чтобы дети не пили воду в бассейне, из фонтанов и других водоёмов



## Пищевое отравление

Причиной пищевых отравлений являются грязные руки и немытые фрукты, которые щедро поливаются всевозможными химикатами, а также жаркая погода, при которой даже самые качественные продукты быстро портятся.

### Первая помощь при пищевом отравлении:

1. Постоянно пополняйте организм запасами воды.

2. Дайте пострадавшему сорбент, например, активированный уголь.

3. Уложите в постель и немедленно вызывать «скорую помощь».



## Укусы насекомых.

Лето — это не только приятное время длинных солнечных дней, отпусков, свежих фруктов и ягод, но и определенных рисков, связанных с пребыванием на воздухе или укусами комаров, клещей или ос. Многие насекомые живут только летом и доставляют множество неприятностей детям и взрослым. Укусы комаров или ос способны серьезно испортить впечатления от отдыха на природе. Чтобы этого не произошло, необходимо соблюдать меры предосторожности и запастись защитными средствами. Укусы комаров, ос и пчел могут вызвать у детей реакцию, которая может сопровождаться местным отеком, сильным зудом и покраснением в месте укуса. К тому же комары являются переносчиками бактериальных, паразитных и вирусных заболеваний. Для защиты малышей от комаров используются репелленты. Важно, чтобы в состав репеллента не входил компонент ДЭТА, поскольку он является очень токсичным для нервной системы ребёнка.



ка. Не менее неприятен укус мошки. Эти мелкие насекомые тоже обитают у водоемов или в тенистых местах. На укушенном участке тела появляется не только покраснение, но и отек, а зуд гораздо более болезненный, чем после взаимодействия с комаром. Не рекомендуется расчесывать пораженный участок тела грязными руками, поскольку так можно занести в ранку инфекцию.

Укусы насекомых, имеющих жало, наиболее опасны для детей и взрослых. Они имеют свойство опухать, чем доставляют человеку не только неприятные физические, но и эстетические ощущения. Если вспомнить внешний вид человека, покусанного пчелами, то он способен отпугнуть огромным количеством припухлостей. Когда кусает оса или пчела, следует, в первую очередь, вынуть жало, поскольку оно продолжает выделять яд, находясь под кожей. Среди укусов насекомых, проявляющих активность в летний период, наиболее опасна встреча с клещами. Они присасываются к телу и являются разносчиками таких опасных заболеваний, как клещевой энцефалит и боррелиоз. Взаимодействие с клещом опасно не только для детей и взрослых, но и для домашних животных — кошек и собак. Чтобы укусы насекомых не портили отдых, необходимо соблюдать рекомендации специалистов по выбору одежды и иметь под рукой аптечку с соответствующими лекарственными средствами.



## **Опасности, связанные с путешествием на личном автотранспорте**

Для маленьких пассажиров основным и самым эффективным средством защиты является детское удерживающее устройство - так называемое автокресло, сконструированное с учетом всех особенностей детского организма, индивидуально подобранное к росту и весу ребенка и, наконец, правильно установленное в машине. Нельзя пристегиваться и одним ремнем с ребенком - при столкновении вы просто раздавите его своим весом.

Сажайте детей на самые безопасные места (середины или правую часть заднего сиденья). Пристегивайте ребенка ремнями безопасности. Не разрешайте ребенку стоять между сиденьями, высовываться из окна, выставлять руки, снимать блок с двери, трогать ручки во время движения. Выходить из машины ребенку можно только после взрослого.

Непостижимо, но ужасающе огромен процент смертей детей в закрытых машинах.

И сколько бы об этом не говорили, число несчастных случаев не уменьшается.

Дело в том, что в летнее время температура в салоне автомобиля очень быстро поднимается. Это может привести к почечной недостаточности, повреждению мозга и смерти ребёнка всего за несколько минут. Если же на улице 28 градусов, то в салоне всего за 15 минут температура может подняться до 42 градусов, даже если немного открыты окна автомобиля, тем более, если машина стоит на солнце. Детский организм не способен выдержать такой сильный перегрев. Казалось бы, как можно оставить ребёнка в машине, но очень часто так случается.

## **Опасности летом на водоёмах**

Купание – прекрасное закаливающее средство. Лето характеризуется нарастанием двигательной активности и увеличением физических возможностей ребенка, которые, сочетаясь с повышенной любознательностью и стремлением к самостоятельности, нередко приводят к возникновению опасных ситуаций. Водоёмы опасны летом исключительно из-за отсутствия надлежащего присмотра за детьми. Статистика утверждает, что беды с детьми происходят в то время, когда вокруг находится много взрослых. Проблема заключается в том, что ребёнок видит вокруг взрослых, теряет бдительность, балуется в воде, ныряет, слишком далеко заплывает. А взрослые, находясь на природе, часто расслабляются и теряют бдительность.



Большую опасность на воде представляют, как ни странно, надувные игрушки для плавания. Считается, что надувные круги и игрушки для плавания задуманы именно для защиты ребёнка во время нахождения в воде. Но на самом деле, как показывает практика, надувные игрушки созданы скорее для удовольствия, чем для защиты.

Особенно опасны игрушки, используя которые ребёнок не может контролировать своё положение. Например, такие игрушки как дельфины, самолёты, крокодилы и прочие игрушки на которых ребёнок садится сверху, особенно опасны, поскольку, если игрушка перевернётся, то ему будет сложно вернуться в исходное положение без посторонней помощи и ребёнок может утонуть.

Главное условие безопасности – купаться в сопровождении кого-то из взрослых. Необходимо объяснить ребенку, почему не следует купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может таить немало опасностей: затопленная коряга, острые осколки, холодные ключи и глубокие ямы. Тщательно осмотрите место отдыха и купания. Проверьте, нет ли битого стекла, острых камней и других опасных предметов. Не забывайте надеть на ребенка на пляже головной убор.



Располагайтесь с ребенком в тени деревьев, избегая прямых солнечных лучей. Входите с ребенком в воду постепенно. Резкое погружение разгоряченного тела в прохладную воду может спровоцировать сбой сердцебиения и судороги. Не допускайте переохлаждения ребенка в воде. Чередуйте купание с играми на берегу. Прежде чем заходить в воду, нужно понаблюдать, как она выглядит. Если цвет и запах воды не такие, как обычно, лучше воздержаться от купания.

Также дети должны твердо усвоить следующие правила: Игры на воде опасны, нельзя, даже играючи, «топить» своих друзей или «прятаться» под водой); Категорически запрещается прыгать в воду в не предназначенных для этого местах; Нельзя нырять и плавать в местах, заросших водорослями; Не следует далеко заплывать на надувных матрацах и кругах; Не следует звать на помощь в шутку. Взрослым важно помнить, что ни в коем случае нельзя разрешать детям плавать на надувных кругах и игрушках на глубину, где ребёнок уже не может достать дно ногами. Надувная игрушка может выскользнуть из рук, сдуться по какой-либо причине и ребёнок, не умеющий плавать, может испугаться, запаниковать и утонуть.



Конечно, разумнее научить ребёнка плавать, чем использовать круги и игрушки для плавания. Если ребёнок научиться держаться на воде и хорошо плавать, ему будет интереснее плавать самому, чем барахтаться с надувными игрушками. Особенно внимательными должны быть родители во время отдыха на море. Волны непредсказуемы и опасны для малышей. Во время шторма лучше не подвергать свою жизнь и жизнь ребёнка опасности.



**Главное, что должны помнить родители – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра. Защитить себя и своих детей от многих проблем, которыми может столкнуться семья, можно при условии постоянной заботы о безопасности.**

Многие меры по обеспечению безопасности детей, могут показаться элементарными, однако, с ребенком дошкольного возраста необходимо разбирать и обсуждать на первый взгляд кажущиеся очень простыми правила поведения. Необходимо выделить некоторые правила поведения, которые дети должны выполнять неукоснительно, так как от этого зависят их здоровье и безопасность. Следует помнить, что именно на взрослых природой возложена миссия защиты своего ребенка. Прочитав в этой консультации о возможных опасностях для ребёнка летом, многие могут подумать, что они преувеличены. Но по статистике большинство несчастных случаев происходят именно летом и в большинстве случаев из-за халатности родителей. К сожалению, дети, оставленные без присмотра, очень часто попадают в беду. Поэтому, дорогие родители, ради безопасности своего ребёнка, не оставляйте малышей без присмотра. Лето – это прекрасная пора для отдыха детей и родителей. Следуйте простым, но действенным правилам. И тогда летний отдых принесёт здоровье и радость вам и вашему ребёнку.

Уважаемые родители! Надеемся, что данный материал поможет вам сформировать и закрепить у своих детей опыт безопасного поведения, который поможет им предвидеть опасности и по возможности избегать их.



### Литература:

1. Польшова В.К., Подопрigorова С.П., Дмитриенко З.С. «Основы безопасности детей дошкольного возраста» Детство- ПРЕСС, 2016 г.: ОБЖ детей дошкольного возраста.
2. Гарнышева Т.П., Детство- ПРЕСС: «ОБЖ детей дошкольного возраста».
3. Авдеева Н.Н., Стеркина Р.Б., Князева О.Л.» ОБЖ детей дошкольного возраста» Детство- ПРЕСС, 2015 г.