

## **Консультация для родителей**

### **«Правила безопасности детей летом!»**

Составила воспитатель:

Сахарова Е.С.

Лето – это прекрасное время года для активного отдыха детей и родителей. Дети много времени проводят на улице, выезжают на отдых в лес и на водоемы, что нередко приводят к возникновению опасных ситуаций.

Детский травматизм – одна из самых частых актуальных проблем. Для того, чтобы отдых не был испорчен, родители должны создать безопасные условия детей в летний период.

Главное, что должны помнить родители – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра! А также необходимо соблюдать правила безопасности.

#### 1. Безопасность поведения на воде.

Если вы решили отправиться на водоем, то ребенок должен купаться в сопровождении кого-то из взрослых. Прежде, чем заходить в воду, нужно понаблюдать, как она выглядит. Если цвет и запах воды не такие, как обычно, лучше воздержаться от купания.

#### 2. Безопасное поведение в лесу.

Прогулка в лесу – это очень хороший отдых, который укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть некоторые правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка. Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут в лесу. Объясните, что надо быть осторожными и ни в коем случае не пробовать на вкус все подряд (ягоды, травинки).

Также напоминайте ребенку, что ему ни в коем случае нельзя ходить по лесу одному, нужно держаться всегда рядом с родителями. Объясните малышу, что если вдруг он потеряется в лесу, что не нужно поддаваться панике. Как только потерял родителей, нужно громко кричать, чтобы можно было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте.

#### 3. Открытые окна.

Особую опасность в летний период представляют открытые окна и балконы. Дети не должны оставаться одни в комнате с открытым окном, выходить без взрослого на балкон. Обязательно используйте специальные системы безопасности, которые не позволят ребенку самостоятельно открыть окно!

#### 4. Тепловой и солнечный удар.

Еще одна и, пожалуй, главная опасность лета - это тепло и обилие солнца. В результате, именно летом часто случаются тепловые и солнечные удары. Тепловой удар - самый, пожалуй, коварный. В отличие от солнечного, он может случиться и в пасмурную, но жаркую погоду. Симптомы могут варьироваться от сильной головной боли и тошноты до слабости и сонливости, очень часто его принимают за начало какого-либо простудного заболевания или отравления.

Чтобы предотвратить тепловой удар, прежде всего старайтесь в жаркую погоду избегать душных и жарких помещений, общественного транспорта. Самое жаркое время дня лучше провести дома, а гулять утром и вечером. Одевайте ребенка в легкую, светлую хлопчатобумажную одежду. Давайте как можно больше жидкости, отдавайте предпочтение жидкой пище. Всегда держите наготове бутылку с водой.

При малейших признаках недомогания (слабость, холодный пот, головная боль, тошнота, бледность или наоборот – красное лицо, жалобы на духоту) - вызывайте как можно скорее скорую помощь. Важно начать оказывать первую помощь при солнечном или тепловом ударе еще до приезда врачей.

Порядок действий должен быть следующим:

- Пострадавшего переносят из зоны повышенной температуры в прохладное место: хорошо проветриваемое помещение или открытый участок с большой теневой зоной;
- Его освобождают от стягивающей одежды и ее частей: расстегивают воротник или все пуговицы, ослабляют ремень, снимают обувь;
- Обеспечивают приток свежего воздуха, обмахивая пострадавшего при помощи подручных средств.
- Потерпевшему предлагают выпить большое количество прохладной воды (именно воды). Ее также можно использовать для того, чтобы сбрызнуть его части тела;
- Если есть возможность, то лучше отвести больного в прохладный душ или накрыть его мокрой простыней;
- Холодные компрессы укладывают в следующие зоны: лоб, локтевые и коленные сгибы, подмышки, область сердца.

Солнечный удар случается реже, только в яркую солнечную погоду. Но последствия его опаснее. Если тепловой удар является просто последствием перегрева, то солнечный удар — это нарушение работы центральной нервной системы из-за перегрева головы. Симптомы его более четкие и понятные, чем у теплового: общая слабость, головная боль, повышенная температура, тошнота, учащенный пульс, в отдельных случаях носовое кровотечение и обмороки.

Предотвратить солнечный удар достаточно просто. Избегайте прогулок в самое жаркое и солнечное время суток (с 11 до 16 часов). Следите, чтобы в жаркую солнечную погоду ребенок всегда находился на улице только в головном уборе. Одевайте ребенка строго по погоде, избегайте синтетических тканей. Позаботьтесь, чтобы ребенок получал достаточно несладкого питья.

Если ребенок все-таки получил солнечный удар, меры первой помощи в этом случае должны быть такие же, как и при тепловом.