

# Опасности, подстерегающие летом!

## *Уважаемые мамы и папы, бабушки и дедушки!*

Начинается пора летнего отдыха, детских каникул, которая наполнена не только путешествиями, поездками на природу и свободой, но и чревата различными опасностями, которые подстерегают наших детей.

Именно поэтому, чтобы ваш отдых не омрачился неприятными происшествиями, мы решили ещё раз напомнить взрослым об их ответственности, разместив следующие полезные советы.

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, переломами, отравлениями, утоплениями и другими опасностями летом.

С наступлением тёплых солнечных дней мы всё больше времени проводим на свежем воздухе вместе с детьми. 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.



## **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.

## **Кишечные инфекции**

**В стоячей воде** – бассейне, садовой бочке, прудах, могут обитать возбудители различных 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.

Старайтесь ежедневно менять воду в бассейнах, садовых бочках. Не забывайте брать на прогулку бутылочку с водой для ребёнка. Следите, чтобы дети не пили воду в бассейне, из фонтанов и других водоёмов.



## **Пребывание на солнце**

**Чем опасно солнце?** Солнечные ожоги являются самым опасным последствием не контролируемого пребывания на солнце. Всего полчаса пребывания на солнце достаточно малышу, чтобы получить сильные ожоги кожи. Солнечные ожоги очень опасны для ребёнка, к тому же они причиняют сильную боль. Но избежать ожоги кожи очень легко. Самым лучшим средством от солнечных ожогов является профилактика.



## **Несложные правила, чтобы солнце было только в радость**

**1. Важное правило для всех родителей.** Детям в возрасте до 3 лет **нельзя находиться на открытом солнце**. Конечно же, все родители знают, что на открытом солнце держать маленького ребёнка нельзя. Но не все знают, что и облачность не спасает от пагубных ультрафиолетовых лучей!

Поэтому маленьким детям необходимо быть всегда в головном уборе желательно с широкими полями. Это в особенности касается малышей до 6 месяцев. Тело малыша должно быть максимально закрыто. Одежда ребёнка должна быть из натуральной ткани. Результаты исследования показали, что в солнечные дни одежда тёмно-синего цвета максимально защищает кожу от вредных ультрафиолетовых лучей. Одежда белого цвета пропускает солнечные лучи в большей степени.

**2. Правило.** Для защиты открытых участков кожи малыша необходимо применять солнцезащитный крем для предотвращения ожогов и рака кожи с маркировкой SPF и PPD. Конечно дети, имеющие светлую кожу, в большей степени подвержены солнечным ожогам, в отличие от детей со смуглой кожей.

**3. Правило.** Не гуляйте с детьми с 11 до 17 часов, поскольку в это время солнце особенно опасное. Важное правило для всех: в то время, когда ваша тень короче вас, солнце является настолько активным, что вполне можно получить солнечные ожоги. В жаркое время желательно находиться с детьми в полной тени или помещении. Для защиты грудных детишек от солнечных лучей, накрывайте коляску кружевной накидкой.

**4. Правило.** Во избежание солнечных ожогов, не разрешайте детям купаться более 15-20 минут. Затем вытирайте полотенцем и следите, чтобы он находился в тени.

**5. Правило.** Желательно, чтобы дети употребляли в пищу продукты, содержащие бета-каротин (абрикосы, морковь), которые укрепляют организм и защищают его от вредного воздействия ультрафиолетовых лучей на кожу.

### **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 малыши 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. Это касается и взрослых людей, но им справиться с этим гораздо легче.

Для предотвращения теплового удара необходимо дозировать нахождение ребенка на солнце и часто давать ему пить чистую воду без газа. На жаре очень быстро происходит обезвоживание малыша, что и может привести к тепловому удару.

Считается, что ребенку нужно давать пить только тогда, когда он попросит. Но в жаркую погоду обезвоживание может наступить очень быстро и когда ребенок попросит пить, его организм уже может быть обезвожен.

## **Опасности летом на водоёмах**

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 ребенок 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 ребенка 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 ребенок не может контролировать своё положение. Например, такие игрушки как дельфины, самолёты, крокодилы и прочие игрушки на которых ребенок са-



дится сверху, особенно опасны, поскольку, если игрушка перевернётся, то ему будет сложно вернуться в исходное положение без посторонней помощи и ребёнок может утонуть.

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. Согласитесь, довольно нелепо смотрятся дети школьного возраста, плавающие с помощью круга.

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.

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

Кажется, ничего страшного не может случиться с малышом, плавающим в бассейне, если вы буквально на несколько минут отлучитесь поговорить по телефону, сходить за напитком или мороженым. Но, всё же, следует помнить, что малышу достаточно несколько секунд, чтобы утонуть.

По статистике, в большинстве стран утопление стоит на втором месте по непреднамеренной смертности детей в возрасте от 1 года до 14 лет, что превышает в несколько раз число смертей от дорожно-транспортных происшествий.

## **Царапины и ссадины**

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



шенство практически не лечится и может закончиться смертельным исходом, но предотвратить заболевание может своевременное введение вакцины.

## **Комары**

Укусы комаров могут вызвать у детей реакцию, которая может сопровождаться местным отёком, 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.



## **Автомобиль**

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.

При температуре на улице 26 – 28 градусов, температура в салоне автомобиля может подняться до 75 градусов, тем более, если машина стоит на солнце. 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. Детский организм не способен выдержать такой сильный перегрев. Казалось бы, как можно оставить ребёнка в машине. Но очень часто так случается, что спящего на заднем сидении малыша, родители просто забывают, занятые своими делами.



**Прочитав в этой статье 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. Постарайтесь не омрачать свой отдых. Следуйте простым, но действенным правилам. И тогда летний отдых принесёт здоровье и радость вам и вашему ребёнку.

Первоисточник: [sovettebe.ru](http://sovettebe.ru)