**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД**

 **№ 69 «ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК»**

«Опасности, подстерегающие вас летом».

(Памятка для родителей)

**Подготовила : Арушанян Р.Р.-**

 **Воспитатель первой**

 **квалификационной**

 **категорий МБДОУ**

 **д/с №69 «Золотой**

 **ключик».**

**г.о. Мытищи**

«Опасности, подстерегающие вас летом».

(Памятка для родителей)

Уважаемые родители !

 Лето – наилучшее время для отдыха и для взрослых, и для детей. Но при всех своих плюсах – солнце, теплые дни, плавание, активные игровые виды спорта – летняя пора таит в себе и немало опасностей. Прежде всего, это травмы, количество которых за летний период возрастает во взрослой возрастной группе на 15%, а в детской – на 35%!

 Характер травм, получаемых детьми, разнится в зависимости от их возраста. Дети самого младшего (1-3 года) и дошкольного (3-7 лет) возрастов, больше подвержены так называемым бытовым травмам – то есть тем, которые были получены дома, на прогулке, на даче, в путешествии. И, поскольку в летние месяцы дети львиную долю своего времени пребывают на свежем воздухе, процент повреждений, полученных вне дома, составляет за летний период примерно 75% от общего числа детских травм.

 Дети до 7 лет являются очень уязвимыми для многих и многих опасностей. Этому виной их любознательность в сочетании с недостаточно развитой еще ловкостью и физической силой. Упасть, удариться, порезаться, подвергнуться укусу осы или обычной мошки, обжечься у костра – это только малая часть того, что грозит нашим малышам. Не застрахованы от такого вида травм и дети постарше - с 7 до 16 лет - хотя в основном для них характерны так называемые уличные и спортивные травмы.

 **1.** **Травмы**: которые можно получить на спортивных площадках, во время походов, при купании, длительном нахождении на солнце (солнечные ожоги, тепловые удары). В жаркую погоду нельзя долгое время находиться на солнце без одежды, голову необходимо покрыть шляпкой, кепкой, панамой. Купание должно быть в специально оборудованных местах, в присутствии взрослых. Никогда не купайтесь в неизвестных водоемах, а также в водоемах покрытых тиной и ряской.

**Не отлучаться самостоятельно с территории учреждения в лес, к озеру, на стадион, спортплощадки – только в сопровождении взрослых.**

**2. Укусы насекомых**: надо помнить, что в лесах, парках особенно в высокой траве, в сырых местах обитают энцефалитные клещи. Избегайте темных мест и густых невысоких кустарников. Клещи часто сидят на кустах, растущих у обочин дорог и тропинок. На открытых светлых полянах их, как правило, нет. Не трясите кусты и деревья. При нахождении в местах, где клещи могут быть – осматривать себя и друзей регулярно. Одежду нужно подбирать такую, чтобы клещу не было возможности пробраться к телу (закрытая обувь, длинные брюки, заправленные в носки, рубашку с длинными рукавами и обязательно головной убор). При обнаружении клеща на теле необходимо срочно обратиться к медицинскому работнику, педагогу. Нельзя пытаться самостоятельно вытащить клеща.

**3. Отравление ядовитыми растениями, цветами, ягодами.**Можно сколько угодно любоваться, но, ни в коем случае нельзя срывать и тем более брать в рот незнакомые растения и ягоды. Некоторые растения, если взять их в руки, вызывают сильное раздражение кожи, которое может длиться несколько недель. Есть и ядовитые растения, яд которых не менее опасен, чем змеиный.

**4. Опасность возникновения желудочно-кишечных заболеваний.**Избежать которых можно, если:

 - мыть руки обязательно с мылом каждый раз перед едой, по возвращении с улицы и после посещения туалета;

- не грызть ногти, не есть руками;

- для питья использовать кипяченую, бутилированную воду;

- не пить сырую воду из какого бы то ни было водоема: реки, озера или ручья, при купании в водоеме, нельзя глотать воду;

- овощи, фрукты, ягоды тщательно мыть перед употреблением под проточной водопроводной водой;

- не приобретать продукты у случайных лиц.

  Даже легкие травмы могут быть опасными

Если взрослый человек может предусмотреть риски заранее и кое-что знает о методах первой медицинской помощи самому себе, то дети, особенно самого младшего возраста, целиком зависят от того, как взрослые способны помочь им в случае беды. И не стоит думать, что ушиб, порез или укус насекомого – это несущественный пустяк, который «сам пройдет». В случае обширной гематомы боль может беспокоить ребенка очень долгий период, порез, ссадина могут инфицироваться, а укус обычного комара – вызвать аллергическую реакцию. Именно поэтому, первая помощь должна оказываться немедленно.

 **Каковы первые действия, если ребенок порезался или получил ссадину?**

* В случае сильных порезов и сильного кровотечения - немедленно обратиться к врачу.
* В случае поверхностных повреждений нужно, прежде всего, аккуратно очистить ранку от попавшей туда грязи, промыв ее прохладной кипяченой водой.
* Дезинфицировать порез или ссадину можно перекисью водорода, раствором мирам истина или хлоргексидина.

Что делать, если ребенок обжегся?

* Если это ожог 1 степени, характеризующийся покраснением и незначительным отеком, его следует охладить при помощи воды, затем дать высохнуть.

Что делать если ребенок был укушен насекомым?

* Удалить жало (если это была пчела), приложить холод на 5 минут, нанести кашицу из питьевой соды и воды.

 Для ускорения дальнейшего заживления можно использовать универсальное средство, которое подходит в каждом из перечисленных случаев - французскую мазь ЦИКа дерма. Она содержит сразу несколько растительных компонентов, оказывающих комплексное воздействие на пораженный участок: календула обеспечивает антисептическое и ранозаживляющее действие, зверобой - противовоспалительное, анальгезирующее, тысячелистник кровоостанавливающее, прострел - противомикробное и противогрибковое.

 Имея под рукой такое комплексное средство, у вас всегда будет возможность облегчить состояние ребенка при самых типичных бытовых и спортивных травмах.

 После полной обработки поврежденного участка лучше на него наложить мягкую повязку, которая предохранит ранку от инфицирования.

**А если это ушиб или растяжение?**

* Следует усадить ребенка так, чтобы пострадавшая часть тела (чаще всего, это конечность) находилась в состоянии покоя.
* Приложить к разливающемуся синяку холодную повязку (можно даже лед из холодильника) примерно на 5-10 минут.
* Не теряя времени, обработать место ушиба средством, снимающим боль, отек и уменьшающим кровоизлияние. Для взрослых подходят многочисленные гели на основе, например, гепарина и других тромботических средств, но для ребенка лучше выбирать средства, не содержащие химических ингредиентов с минимальным риском возникновения неблагоприятных реакций, например, Арни гель. Это средства на основе свежих растений арники эффективно и бережно устраняет синяки и гематомы, снимает отеки и воспаления.

«Выезжая с ребенком за город или в отпуск, всегда берите с собой аптечку, которая содержит все необходимые средства оказания первой медицинской помощи», - советует Екатерина Владимировна Успенская, педиатр, к.м.н., врач высшей категории. - «В нее обязательно должны входить препараты для обработки и заживления ран, обладающие противомикробным и антисептическим действием. В случае серьезных травм, таких как переломы, ушибы головы, сотрясения мозга, следует оказать первую помощь и срочно обратиться к врачу».

