

Уважаемые родители!

В целях профилактики несчастных случаев в летний период просим Вас обратить особое внимание на следующие факторы и действия, обеспечивающие безопасность детей:

Общие правила безопасности детей в летний период

Опасности подстерегают детей не только в местах отдыха, но и на детской площадке, на дороге, в общественных местах. Однако следование рекомендациям поможет снизить риски:

- для ребенка обязательным является ношение головного убора на улице для предотвращения теплового или солнечного удара;
- приучите детей всегда мыть руки перед употреблением пищи;
- мойте овощи и фрукты перед употреблением;
- обязательно учите ребенка переходу по светофору, расскажите об опасности, которую несет автомобиль;
- важно научить и правилам пожарной безопасности в летний период;
- не позволяйте разводить костры без присутствия взрослых;
- не отпускайте детей одних на водоемы;
- кататься на велосипеде или роликах необходимо в защитном шлеме, налокотниках и наколенниках.

Осторожно – Солнце!

Неконтролируемое пребывание детей на солнце чаще всего приводит к возникновению солнечного ожога, который представляет собой острое воспаление кожи в ответ на действие естественного или искусственного ультрафиолетового излучения.

Следует избегать нахождения на открытом солнце в период с 11 до 16 часов, всегда надевать головной убор (панамки или шляпки с широкими полями, кепки или банданы с козырьком и защитой шеи), а также использовать солнцезащитные очки и специальную солнечную косметику.

Кроме этого, детям необходимо обеспечить достаточный питьевой режим (бутилированная или фильтрованная вода, несладкие соки, морсы и др.).

Безопасность на воде

- не разрешайте купаться ребенку без вашего присмотра, особенно на матрацах или надувных кругах;
- отпускайте детей в воду только в плавательном жилете или нарукавниках;
- не позволяйте детям играть в игры, где участники прячутся под водой или их “топят”, такие развлечения могут окончиться трагедией;
- не разрешайте заплывать за буйки и нырять в неизвестных местах водоема, поскольку камни и ветки деревьев часто приводят к травмам;

- контролируйте время пребывания ребенка в воде, чтобы не допустить переохлаждения;
- во избежание солнечных ожогов смазывайте кожу ребенка специальными солнцезащитными средствами;
- находясь у воды, помните о собственной безопасности и безопасности ваших детей!!!

Безопасность на дороге

- необходимо учить детей не только соблюдать Правила дорожного движения, но и с самого раннего возраста учить их наблюдать и ориентироваться;
- находясь с ребенком на проезжей части, не спешите, переходите дорогу размеренным шагом;
- не посылайте ребенка переходить или перебегать дорогу впереди вас – этим вы обучаете его переходить дорогу, не глядя по сторонам;
- учите ребенка смотреть! У него должен выработаться твердый навык: прежде, чем сделать первый шаг с тротуара, он поворачивает голову и осматривает дорогу во всех направлениях. Это должно быть доведено до автоматизма;
- начинать движение через проезжую часть на зеленый сигнал светофора можно только убедившись, что все машины остановились;
- учите ребенка оценивать скорость и направление будущего движения машины. Научите ребенка определять, какая машина едет прямо, а какая готовится к повороту;
- учите ребенка замечать машину. Иногда ребенок не замечает машину или мотоцикл, находящийся вдалеке. Научите его всматриваться вдалеку;
- твердо усвойте сами и научите ребенка, что входить в любой вид транспорта и выходить из него можно только тогда, когда он стоит. Объясните ребенку, что нельзя прыгать на ходу;
- выходить на дорогу из-за стоящего транспорта нельзя!

Электробезопасность

Не вынимайте вилку электроприбора из розетки, потянув за шнур. Он может оборваться, оголив провода, находящиеся под напряжением.

Не оставляйте включенные электроприборы без присмотра. Особенно утюги, фены, настольные лампы, телевизоры и т. п.

Не включайте в одну розетку несколько вилок электроприборов, это может вызвать короткое замыкание и пожар.

Не используйте электроприборы с поврежденной изоляцией. В противном случае это может привести к электротравме или пожару.

Не вскрывайте с целью ремонта электроприборы, включенные в электросеть.

Исключите возможность доступа детей к электроприборам и открытым розеткам.

Нельзя мокрыми руками включать электроприборы.

Меры профилактики укусов клещей

- На прогулку в лес, парк надевайте плотно прилегающую к телу одежду (желательно светлых тонов) с застегнутыми на рукавах манжетами и брюки.
- Надевайте головной убор или используйте капюшон.
- Пользуйтесь специальными средствами химической защиты от клещей (репеллентами).
- Заправляйте верхнюю одежду в брюки, а брюки – в сапоги, высокие ботинки или в носки.
- Через каждые 1-2 часа на прогулке и по возвращении домой проводите само- и взаимоосмотры одежды и открытых участков тела. Не присосавшийся клещ (снятый с одежды или тела) не представляет опасности.
- Располагайтесь на отдых на траве на солнечных, сухих полянах не менее чем в метре от троп и кустарников, обязательно используйте покрывало или подстилку большой площади, светлых тонов для своевременного обнаружения клеща.
- Внимательно осматривайте дары леса (грибы, ягоды, букеты цветов) приносимые домой на наличие клещей.
- При дальних прогулках и туристических походах возьмите в аптечку приспособления для удаления присосавшихся клещей промышленного изготовления или пинцет/суровую нитку, антисептик для обработки повреждений кожи, противомикробные средства для химиопрофилактики клещевых инфекций.

Что делать, если укусил клещ:

Обратитесь в лечебное учреждение для извлечения клеща (чем раньше клещ будет извлечен, тем лучше) и получения консультации по курсу профилактического лечения, которое должно быть максимально ранним (не позднее 3 дней после укуса);

- При отсутствии возможности обратиться в лечебное учреждение удалите клеща самостоятельно. Используйте нить, обвяжите ее вокруг головки клеща как можно ближе к поверхности кожи. Вращая нить против часовой стрелки, клеща «вывинчивают», помещают в емкость с плотно притертой крышкой и доставляют в лечебное учреждение либо в центр гигиены и эпидемиологии;
- При извлечении клеща не нужно использовать никакие масляные растворы, так как клещ в дальнейшем не будет пригоден для исследований на наличие возбудителей заболеваний;
- Место укуса обработайте антисептиком (йодом, раствором бриллиантовой зелени, перекисью водорода), после чего тщательно вымойте руки с мылом;
- В любом случае обратитесь к врачу;
- В последующие дни после укуса следите за своим самочувствием: в

случае появления недомогания, головной боли, повышения температуры, боли в мышцах немедленно снова обратитесь к врачу.

Что делать, если укусила змея:

- Вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 103;
- При отсутствии дыхания и сердцебиения (пульса), приступить к сердечно-легочной реанимации;
- При отсутствии сознания пострадавшему следует придать стабильное положение на боку;
- В первые 10-15 минут после укуса выдавить яд из ранки. Высасывать яд не рекомендуется;
- Промыть место укуса перекисью водорода либо водой с мылом, обработать края раны антисептиком (раствором йода, бриллиантовой зелени, спиртом, одеколоном);
- Наложить стерильную повязку на рану;
- Чтобы замедлить распространение яда в организме, необходимо ограничить подвижность пострадавшего; при укусе конечностей наложить шину;
- Давать пить большое количество жидкости;
- Доставить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

Профилактика острых кишечных инфекций и пищевых отравлений в летний период

Острые кишечные инфекции – инфекции, вызванные вирусами (энтеровирусная, ротавирусная инфекция) и бактериями (брюшной тиф, сальмонеллез, дизентерия и др.).

Основные причины:

- Теплое время года способствует размножению с огромной скоростью болезнетворных микроорганизмов при попадании их в продукты питания (молочные продукты, мясо, рыбу, бульоны) и быстрому достижению того количества микроорганизмов, которое с успехом прорывает защитные барьеры желудочно-кишечного тракта.
- Летом в пищу употребляется большое количество сырых овощей, фруктов и ягод, на невымытой поверхности которых обитает огромное количество микробов, в т. ч. потенциально опасных.
- Летом дети много времени проводят на улице, и надо помнить, что еда чистыми руками – обязательное правило.
- Летом и дети, и взрослые любят поплавать в открытых водоемах. В воде микроорганизмы длительное время сохраняют жизнедеятельность (до нескольких месяцев).
- Чтобы избежать пищевых отравлений, нужно придерживаться простых рекомендаций, соблюдая которые можно максимально обезопасить себя от болезней, связанных с продуктами питания:
- Тщательно следует оберегать от загрязнения пищевые продукты, уже

подвергнутые тепловой обработке. В таких продуктах микробы размножаются легче, чем в исходном пищевом сырье, где продолжают в течение некоторого времени действовать защитные вещества живых клеток, подавляющие жизнедеятельность микробов.

- Скоропортящиеся продукты (мясо, рыба, полуфабрикаты, молоко и молочные продукты) необходимо хранить в холодильниках до их реализации или термической обработки при температуре не выше +60С, обязательно соблюдая сроки годности.
- Большое значение имеет термическая обработка пищи – проваривание, запекание, поджаривание, тушение – которая обеспечивает гибель возбудителей и разрушение их токсинов.
- С момента приготовления до использования первые и вторые блюда могут находиться на горячей плите не более 3-х часов.
- Любые фрукты, включая цитрусовые, перед употреблением обязательно тщательно моют водой.

Важно отметить, что источником многих инфекций являются мухи, поэтому нельзя допускать, чтобы они садились на еду, желательно, чтобы в квартире или в доме их не было вообще.

***Используйте при возникающей опасности
телефоны:***

МЧС 101

Полиция 102

Скорая медицинская помощь 103

Уважаемые родители!

Помните, безопасность ваших детей во многом зависит от вас!