



## Отдых с детьми: как защитить ребенка от опасностей.

### Как уберечь ребенка от опасности во время отдыха.

Лето – прекрасная пора пикников на природе, походов в лес, купания в реках. Чтобы такое удовольствие не было омрачено травмами, тепловым ударом, отравлениями или прочими неприятностями нужно помнить элементарные основы безопасности, а также знать, какие действия надо предпринять для скорейшего выздоровления.

### Остерегаем от отравлений.

Дорога к морю обычно длится много времени, за этот период взятые с собой продукты могут испортиться. Чтобы сохранить свежесть и безопасность еды достаточно использовать специальную сумку-холодильник, она внутри состоит из фольги, которая держит и холод и тепло.

И, конечно, нужно брать с собой по возможности безопасные продукты: плохо прожаренное мясо или открытый кисломолочный продукт, кремное пирожное является отличным местом для размножения бактерий. Нельзя пренебрегать правилами гигиены: мыть руки как можно чаще, не покупать у уличных торговцев пирожки, и прочую еду, воду обязательно кипятить, овощи и фрукты тщательно мыть.



### Оберегаем от аллергии.

Детей, страдающих аллергическим заболеваниями нежелательно вывозить в незнакомые местности. Летом и весной наблюдается бурный период цветения растений, что может спровоцировать у ребенка поллинозы, бронхиальную астму. Таким малышам полезен отдых в «бархатный» сезон. Если вы все-таки отправляетесь в путешествие с ребенком, не забудьте взять антигистаминные препараты, рекомендованные педиатром.

### Не допускаем перегрева.

Обязательно давайте ребенку больше пить, причем не только соки, а обычную питьевую воду. Одежда малыша должна быть легко «проветриваемой», предпочтение лучше отдать натуральным тканям – хлопок и лен без добавления синтетики. С осторожностью нужно относиться к кондиционерам: разница между температурой в комнате и на улице не должна превышать 10 градусов.







### Защищаем от укусов насекомых.

Во время прогулок ребенка выручат специальные репелленты, отпугивающие насекомых в течение нескольких часов. Сейчас их очень много видов: браслеты спреи, бальзамы. Укусы пчел, ос, шмелей не только болезненны, но могут привести к развитию серьезных аллергических проявлений, вплоть до астматического приступа. В таких случаях требуется немедленная госпитализация ребенка.

Для защиты малыша от клещей следует защитить волосы и открытые участки кожи. После прогулки обязательно проверьте все тело ребенка, уделив особое внимание кожным складкам.

### Предотвращаем опасности на воде.

Купаться можно только в специально отведенных местах – таблички с предупреждениями обязательны к исполнению. Детей нельзя ни на минуту упускать из виду, желательно купаться вместе с ними. Купите ребенку специальные нарукавники, следите, чтобы он не наглотался речной или морской воды.



### Предохраняем от травм.

Тяга узнать что-то неизвестное притягивает детей как магнит. Поэтому родителям нужно быть внимательными и, отправляясь с детьми на прогулку, не лишним будет прихватить с собой аптечку первой необходимости для обработки ран и порезов: бинт, раствор перекиси водорода, салфетки, бутылку с чистой водой для промывания больного места. Если ребенок жалуется на сильную боль в месте ушиба и у вас есть подозрение на вывих или перелом необходимо обездвижить конечность при помощи шины или подручных предметов, например платка, и поскорее доставить малыша в больницу.

### Ограждаем от нападения собак.

Сейчас в продаже появились ультразвуковые отпугиватели собак: они действуют на расстоянии до 600 м. Животное, почувствовав действующие на его мозг сигналы, пытается поскорее избавиться от их источника. Купите вашему ребенку такое приспособление.

Если же случилось так, что собака укусила малыша, то промойте место укуса чистой водой, обработайте рану зеленкой или йодом, в крайнем случае – спиртом, наложите стерильную повязку и отправляйтесь в больницу, там возьмут анализы и при необходимости введут укол от бешенства и столбняка.

