**Как защитить ребенка от солнечного ожога и теплового удара:**

* Выходя на улицу, обязательно надевайте ребенку головной убор
* Для детей старше 6 месяцев необходим крем от загара, с фактором защиты не менее 15 единиц.
* Наносить защитный крем следует на открытые участки кожи каждый час, а также всякий раз после купания, даже если погода облачная.
* В период с 10.00 до 15.00, на который приходится пик активности ультрафиолетовых лучей лучше вообще не загорать, а посидеть в тени.
* Даже если ребенок не обгорел в первые 5 дней, срок пребывания на открытом солнце не должен превышать 30 минут.
* Ребенок периодически должен охлаждаться в тени - под зонтиком, тентом или под деревьями.
* Одевайте малыша в легкую хлопчатобумажную одежду.
* На жаре дети должны много пить.
* Если ребенок все-таки обгорел, заверните его в полотенце, смоченное холодной водой, а вернувшись домой, оботрите раствором, состоящим воды и уксуса в соотношении 50 на 50.
* Летом повышается риск и термических ожогов. Сидя у костра или помешивая в тазу варенье, будьте предельно внимательны, если рядом с вами находится маленький ребенок.
* Если размеры ожога превышают 2,5 сантиметра, он считается тяжелым, и ребенку требуется специализированная медицинская помощь. До того, как он будет доставлен в больницу или травмпункт, нужно позаботиться об охлаждении места ожога. Нельзя вскрывать волдыри, накладывать на ожог пластыри - лучше

ограничиться свободной стерильной повязкой.



|  |  |
| --- | --- |
| **Царапины и ссадины**  Места порезов и царапин важно своевременно промыть, остановить имеющиеся кровотечения, приложить холод к синяку или шишке, смазать ранение зеленкой или соответствующей мазью, наложить чистую повязку или пластырь. Не менее важно успокоить расстроенного и испугавшегося ребенка, утешить его и "полечить".  **Пищевые отравления**  Даже обычные для ребенка продукты питания ***в жаркое время*** года быстро портятся, а срок их хранения сокращается. Как избежать пищевого отравления:   * Мойте руки до и после того как   дотронулись до пищи.   * Горячую пищу следует разогревать и   подавать в горячем виде. Готовьте мясо и  молочные продукты при температуре не  ниже 70 градусов.   * Скоропортящиеся продукты можно держать не в холодильнике - при комнатной температуре (около 20 градусов) - не более 2-х часов. Если в жару вы отправились на пикник, то время хранения продуктов снижается до 1 часа. * Перегретый автомобиль превращается в настоящий инкубатор микробов. Продукты можно держать в машине не дольше 15 минут.   **Что должно быть**  **в домашней аптечке:**  Жаропонижающие средства; антигистаминные препараты; перекись водорода в виде стандартного раствора малой концентрации используется в качестве кровоостанавливающего средства после нетяжелых травм - порезов, царапин; раствор бриллиантовой зелени, применяется для поверхностной обработки кожи или расчесов после укусов комаров; Смекта пригодится при кишечных расстройствах; крем-бальзам "Спасатель»; медицинские бинты; вата; набор пластырей различного размера; ножницы  **Отправляясь на отдых, не забудьте взять с собой домашнюю аптечку и медицинский страховой полис ребенка.**  **Укусы насекомых.**  С наступлением лета появляется большое количество различных сезонных "кусачих" насекомых.  Справиться с ними в помещении можно при помощи фумигатора. Для детской комнаты предпочтителен фумигатор, работающий от сети. Москитная сетка или даже обычная марля, помещенная на окно, - обязательный элемент защиты ребенка от назойливых насекомых.  Во время прогулок малыша выручат специальные салфетки-репелленты, пропитанные особым составом, запах которого отпугивает летающих "агрессоров" на протяжении нескольких часов. Укусы пчел, ос или шмелей не только болезненны, но иногда приводят к развитию серьезных аллергических реакций, вплоть до анафилактического шока и астматического приступа. Эти состояния требуют немедленной госпитализации ребенка.  Чтобы уберечь ребенка от укусов клещей, необходимо прежде всего защитить волосы и открытые участки кожи - экипировать его головным убором и надевать рубашку с длинными рукавами, брюки. |  |

**Лето богато детскими травмами и отравлениями.**

**Детей неумолимо притягивают места и предметы, потенциально опасные для здоровья, а иногда и жизни - водоемы, канавы, колючие кусты, ядовитые растения, костры, высокие лестницы и автотрассы с оживленным движением. Учитывая все это, родителям надо все время быть начеку, не оставлять ребенка без присмотра.**

**Напоминаем**

**Номер единой службы спасения 01**

**Клиентам службы «Билайн», «МТС», «Мегафон» необходимо звонить на номера 010 или 112**

**Номер скорой помощи 03**

**Клиентам службы «Билайн», «МТС», «Мегафон» необходимо звонить на номер 030**

***ГКУСО «Курский СРЦН «Надежда»***

***Ст. Курская, ул. Мира д.30***

***:-50-98; 6-50-97; 6-36-93***

***Специалист по социальной работе Лобода Л.В.***

|  |  |
| --- | --- |
|  | ***Государственное казенное учреждение социального обслуживания «Курский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Надежда»*** |



**Внимание: ЛЕТО!**

**ст. Курская**

**2014г.**