# *Основные причины травм и заболеваний детей в летний период:*

- дорожно-транспортные происшествия;
- укусы собак, кошек, клещей, других животных и насекомых;
- отравление ядовитыми растениями, плодами, грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями в случае нарушения санитарно-гигиенических правил;
- солнечный и тепловой удары;
- аллергические заболевания в период цветения растений.

Не оставляйте детей без присмотра взрослых.

Не запугивайте ребёнка, а наблюдайте вместе с ним различные ситуации на улице и беседуйте, объясняйте, как необходимо себя вести в различных местах: в лесу, на водоёме, дома, на улице. Какие правила безопасного поведения необходимо соблюдать детям летом.

1. Помните, что переходить дорогу необходимо только по пешеходному переходу, на зелёный свет светофора.

Нельзя играть на проезжей части и возле неё.

При переходе дороги крепко держите ребёнка за руку.

В транспорте нужно вести себя спокойно, держаться за поручни, чтобы не упасть. Нельзя высовываться из окна автобуса, высовывать руки в окно. Перевозить детей в легковом транспорте только на заднем сиденье, со стороны водителя, с удерживающим устройством.

2. Для детей опасны укусы пчёл, ос, слепней. При укусах возможна только местная реакция, которая проявляется жгучей болью, покраснением и отёком в месте укуса. При оказании помощи следует удалить жало, промыть ранку спиртом и положить холод.

При развитии аллергической реакции *(удушья)* немедленно необходима госпитализация.

При укусе клеща необходимо:

удалить клеща, измерять температуру в течение 14 дней. При повышении температуры тела, носовых кровотечениях, кровоточивости десен необходима немедленная госпитализация в инфекционный стационар.

3. Отравление ядовитыми растениями и грибами наступает при употреблении в пищу ядовитых грибов *(мухоморов, бледной и зелёной поганки, ложных опят)* и ядовитых растений *(белены черной, дурмана обыкновенного, клещевины обыкновенной, паслёна черного, волчьих ягод, амброзии)*.

Скрытый период отравления - 14 часа. Затем возникают тошнота, рвота, боль в животе, диарея, может появиться желтуха, параличи, кома.

При оказании помощи необходимо обильное питьё, промывание желудка, очистительная клизма. Срочная госпитализация.

4. У ребёнка, длительное время находящегося в душном помещении или в жаркую безветренную погоду на открытом солнце, может произойти тепловой *(или солнечный)* удар. Нарушается терморегуляция организма, появляется вялость, покраснение лица, наступает потеря сознания.

При первых признаках пострадавшего необходимо перевести в прохладное место, снять одежду, смочить грудь, голову прохладной водой.

5. С целью профилактики кишечных инфекций необходимо употреблять в пищу только мытые овощи и фрукты, мыть руки с мылом перед едой, пить только фильтрованную или кипячённую воду.

6. Расскажите детям о том, что существует много опасных предметов, которыми нужно уметь пользоваться и хранить в специально отведённых местах, их нельзя трогать без разрешения родителей *(булавки, ножницы, иголки, скрепки, молоток, пила, спички, зажигалки, газовая печь, утюг, стиральная машина, магнитофон, телевизор, лекарства, градусник (термометр).*

7. Если в доме что-то загорелось - необходимо:

Быстро уйти или выбежать из комнаты или квартиры, рассказать об этом взрослым и просить их позвонить по телефону 01, маме *(папе)* на работу.

Позвонить по телефону 01 и сказать, что у вас в доме пожар, при этом обязательно назвать свой домашний адрес.

Если выйти из квартиры невозможно, нельзя прятаться в дальних углах, под кроватями, шкафами. Низко пригнувшись нужно двигаться к двери, прикрывая нос и рот мокрым полотенцем или платком.

8. Отдыхая летом на водоёме, в лесу или на даче соблюдайте меры предосторожности, не оставляйте детей без просмотра, не выпускайте из поля зрения. Старайтесь всегда быть рядом со своим малышом, ведь опасность всегда рядом!

***Уважаемые родители,*** для многих из нас лето - это самое долгожданное и любимое время года. И взрослым и детям нравится резвиться на зеленой мягкой травке, греться под теплыми солнечными лучами.

Но мало кто знает, что именно летом увеличивается количество травм и отравлений, ухудшается здоровье. Такая ситуация приходится на самый разгар жары - июль. Особенно беззащитны маленькие дети 1-3

лет. В этот период малыши очень шустрые и любопытные: хотят все взять в руки, погрызть, потрогать или за секунду залезть в опасное место. Особенно привлекательны водоемы, ямы, кусты и заросли, ягоды, костры, высокие лестницы и др. Во время прогулки родители всегда должны быть начеку и не оставлять ребенка без внимания. Рекомендуется взять с собой небольшую домашнюю аптечку со всеми необходимыми медикаментами и медицинский страховой полис малыша.

## Травмы

Не каждый родитель может сразу и точно определить, когда ребенок сломал кость и просто сильно ушибся. Переломы наиболее часто сопровождаются болью, потерей подвижности, а в месте перелома конечность может изменить форму и др.

Если ребенок сломал кость, незамедлительно окажите ему первую помощь: прежде всего, необходимо обездвижить поврежденную конечность и успокоить ребенка. Постарайтесь обратиться в медпункт как можно быстрее. В таких случаях недопустимо заниматься самолечением! То же самое нужно сделать при вывихе.

Ни одно детство не проходит без царапин, ссадин и ушибов, ведь любопытные малыши стремятся изучить все новые и неизвестные для них места.

Если ребенок порезался, в первую очередь необходимо промыть рану и постараться остановить кровотечение, обработайте зеленкой, наложите стерильную повязку. При ушибах нужно приложить холод к синяку или шишке.

## Солнце

Летом большую часть времени мы проводим на улице под палящим солнцем. Прямые солнечные лучи очень опасны для маленьких детей, которые могут быстро получить ожог или тепловой удар. Особенно опасно время с 10:00 до 15:00, когда солнце наиболее активно. Его лучше переждать в тени либо чередовать. Родители должны заранее подготовиться до наступления лета: заранее приобрести легкую панамку и специальный защитный крем для детей.

При прогулке с ребенком на открытой местности рекомендуется придерживаться следующих правил:

- надевайте на голову ребенка панамку или тонкую легкую шапочку;
- одевайте ребенка только в легкую «дышащую» и свободную одежду из натуральных тканей;
- на открытые участки кожи малыша наносите тонким слоем детский защитный крем каждый час и сразу после купания. Если ребенка нельзя мазать таким кремом, просто не оставляйте его под открытым солнцем;
- не оставляйте ребенка на солнце более чем на 30 минут;

- периодически чередуйте пребывание на солнце и в тени. Организм малыша должен успевать охлаждаться;

- давайте ребенку как можно больше питья. Заранее возьмите с собой воду, чай или соки, ведь по близости может не оказаться ни одного магазина;

- не оставляйте малыша без внимания рядом с открытым огнем. Одно неосторожное движение и он может получить серьезный ожог. Но если ребенок все-таки получил ожог, это место нужно охладить и наложить свободную стерильную повязку. Ни в коем случае не вскрывайте образовавшиеся волдыри и не затягивайте рану. Постарайтесь как можно быстрее обратиться к врачу.

## Насекомые

С наступлением тепла на улице появляется большое количество насекомых. Некоторые из них безвредны *(бабочки, муравьи, божьи коровки, кузнечики и др.)*, а другие представляют угрозу для ребенка *(мухи, клещи и комары, мошки, клопы и др.)*. В помещении можно использовать фумигатор, который не поглощает кислород, или установить на окна специальную москитную сетку *(марлю)*. Обязательно носите в своей сумочке специальные салфетки-репелленты. Их запах будет отпугивать насекомых в течение нескольких часов.

Остерегайтесь плеч, ос и шмелей: их укусы очень болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию. Чтобы защититься от укусов клещей, обязательно надевайте головной убор, штаны и кофту с длинными рукавами, а на ноги - закрытую обувь.

## Отравления

У многих людей есть свои сады и огороды, где летом созревает множество различных ягод и плодов. Тут возникает соблазн угостить ребенка немытыми ягодами прямо с куста или напоить парным молоком. Для более «взрослых» деток такое молоко не представляет опасности, а у малышей может вызвать кишечные расстройства или инфекционное заболевание.

Чтобы Ваш малыш не получил пищевое отравление летом старайтесь придерживаться следующих правил:

- нельзя поить кроху сырой водой, даже очищенной через фильтр. Перед употреблением ее лучше прокипятить. Всегда тщательно мойте ягоды, овощи и фрукты из огорода;

- на жаре всем продуктам свойственно быстро портиться. Скоропортящиеся продукты нужно съесть в течение 1-2 часов, если они лежат не в холодильнике.

- мойте руки перед каждым приемом пищи, особенно после улицы.

## *Подготовка к школьному периоду: советы и рекомендации родителям*

Переход к обучению в стенах школы – переломный момент в развитии ребенка. До этого основной в его деятельности была игра, ей на смену приходит учеба. В плане подготовке к школе многое делают воспитатель детского сада и будущий учитель первоклашек. Но готовность к обучению – это не только овладение чтением и счетом. Есть и другие, не менее важные показатели. Перечислим те, о которых родителям надо позаботиться летом перед школой. Укрепляйте физическое состояние ребенка, регулярно занимайтесь с ним гимнастикой, зарядкой. Это поможет подготовить мускулатуру к сохранению одной и той же позы в течение 40-45 минут. Если есть нарушения работы глаз, органа слуха, пальцев, то в дальнейшем они могут стать одной из причин задержки в развитии, неуспеваемости. Проконсультируйтесь с врачом и своевременно примите меры. Обогащайте представления ребенка, давайте ему новую информацию и помогайте ее осмыслить, применить в игре или рисунке. Знания должны быть «живыми», побуждать мышление, воображение и творчество. Приучайте ребенка к поиску и установлению причинно-следственных связей. Для этого обсуждайте какое-либо явление, к каким изменениям оно привело. Продолжайте

изучать с будущим первоклассником буквы и формируйте умение читать. Повторяйте называние чисел подряд (счет), геометрические

фигуры, цвета, сравнивайте понятия маленький/большой, узкий/широкий, низкий/высокий. Тренируйте память разучиванием стихов, басен, потешек и песен, соответствующих возрасту ребенка. Рисуйте, лепите, конструируйте с ребенком, собирайте пазлы – все это способствует развитию мелкой моторики. Легче пойдет обучение письму и развитие речи, формирование внимания и усидчивости. Очень важны для успешной адаптации в школе социальные навыки: общительность, доброжелательность. Если ребенок стесняется, помогите ему преодолеть застенчивость. Объясните, как обращаться к взрослым и сверстникам, формулировать вопрос или просьбу.