



Лето, солнце и жара —  
Любит это детвора!  
Но... под солнышком палящим  
Ты водичку пей почаще.  
Надеть кепку иль панамку  
Не забудь ты спозаранку!  
Чтобы солнечный удар,  
Удалось избежать нам.



На пруд один ты не ходи,  
На речку, кстати, тоже.  
Вдруг в воду свалишься, смотри,  
Никто ведь не поможет!  
Или купаться ты полез,  
А никого нет рядом.  
Остерегаться таких мест  
Ребятам очень надо.



**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ  
БЕРЕГИТЕ  
ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ  
ВАШИХ ДЕТЕЙ**

**Безопасность  
детей летом**



подготовила:  
Губанова Кристина Юрьевна,  
воспитатель

2022 год

## Солнечный и тепловой удар

Лето – долгожданная пора гулять с друзьями во дворе, играть в песочке на пляже... Однако лето таит в себе и немало опасностей.

Солнечный и тепловой удар у детей – понятия, в принципе, сходные. Если говорить точнее, то солнечный удар – это вид теплового, и возникает он при непосредственном воздействии лучей солнца на открытую голову малыша.

### Симптомы

Родитель, который знаком с данным состоянием и знает его симптомы, солнечный удар у ребенка заметит без труда. Проявления удара могут возникнуть у ребенка в период от 1 до 6 часов после пребывания на солнышке.

Сначала малыш становится раздражительным, затем он отмечает недомогание, появляется вялость, головная боль, одышка, тошнота и рвота, лицо ребенка краснеет, в глазах его темнеет, повышается температура тела до 39-40°.

### Первая помощь

- Отнести пострадавшего в прохладное место, в тень.
- Уложить его на бок, чтобы избежать попадания рвотных масс в дыхательные пути.
- Обернуть голову малыша мокрым полотенцем или пелёнкой.
- Если ребёнок в сознании, поить его прохладной водой или чаем.
- Если ребёнок в сознании, поить его прохладной водой или чаем.
- Немедленно обратиться к врачу.

## Отравление

### Симптомы

Диарея, то есть понос. Повышенная температура. Судороги. Нарушение равновесия. Рвота. Удушье. Головные боли. Помутнение сознания.

### Первая помощь

- Вызвать «Скорую помощь»
- Ребёнку нужно обеспечить комфортное положение.
- Если у ребёнка рвота, его нужно положить или посадить к себе на колени головой вниз.
- Если ребёнок без сознания его нужно положить на бок. Обернуть палец носовым платком и очистить рот от рвотных масс.

### Меры предосторожности

- Нельзя поить кроху сырой водой.
- Всегда тщательно мойте ягоды, овощи и фрукты из огорода.
- Скоропортящиеся продукты нужно съесть в течение 1-2 часов, если они лежат не в холодильнике.
- Мойте руки перед каждым приёмом пищи, особенно после улицы.

## Правила безопасности на отдыхе в летний период

### Отдых на воде

- Купаться дети должны только под присмотром взрослого;
- Игры детей должны быть только над водой;
- Время пребывания ребёнка в воде ограничено, чтобы не допустить переохлаждения.

Если Вы решили всей семьёй отправиться на природу, обязательно ознакомьтесь с правилами безопасности в таких местах.

- Дети не должны далеко отходить от взрослых;
- Нельзя подходить к животным, они могут укусить или сильно испугать;
- Незнакомые грибы и ягоды, растущие в лесу могут быть ядовитыми.

Задача родителей надлежащим образом обеспечить защиту своего ребёнка дома и в местах отдыха.

Следуйте простым рекомендациям, и это поможет обезопасить жизнь и здоровье вашего ребенка.

Надеюсь,  
информация и рекомендации  
будут полезными для Вас!