

Памятка для родителей дошкольников

«Безопасность ребёнка на природе»



Подготовила воспитатель :Антоневич Е.В.

Выезжая за город, на природу, во время отдыха постарайтесь следовать некоторым нехитрым правилам. И Вы избежите неприятностей, которые могут причинить вред Вашему здоровью и здоровью Вашего малыша.

- не срывайте и не позволяйте своему ребенку брать в руки незнакомые растения и грибы. Они могут быть ядовитыми!
- не пейте воду из открытых источников – ручьев, озер, реки;
- в солнечную погоду, особенно, если планируете отдых на воде, не забудьте надеть головной убор и обработать кожу солнцезащитным средством;
- примите все меры защиты от насекомых: надевайте длинные брюки, рубашку с длинным рукавом, головной убор, используйте репелленты. А если собираетесь ночевать в палатке, не забудьте взять с собой сетку;
- не забудьте взять влажные салфетки, чтобы иметь возможность «помыть» руки в условиях отсутствия воды.

Как защитить ребёнка от солнца

Солнце – важный участник удачного выходного дня на природе. Но чтобы солнце было другом, а не врагом, учитывайте следующие меры предосторожности:

- Кожа детей очень чувствительна к воздействию солнечных лучей. Как результат, даже непродолжительное пребывание малыша под открытым солнцем чревато перегреванием и появлением солнечных ожогов. Как же защитить ребенка от вредного воздействия солнца? Желательно, чтобы на открытом пространстве (на улице, пляже и т.д.) ребенок находился только до 10:00 и после 16:00. Но при этом его кожа должна быть под защитой специальных солнцезащитных средств.
- Следите за тем, чтобы ребенок не находился под прямыми лучами солнца. Прогулка в тени деревьев или под тентом – это оптимально. Голова ребенка должна быть прикрыта широкополой панамкой, прикрывающей от солнца уши и шею, а одежда прикрывала руки и ноги.

- Не стоит также забывать о защите глаз от ультрафиолетовых лучей. Существуют солнцезащитные очки для малышей, обеспечивающие 100% фотозащиту.

Солнцезащитные средства для детей

Правильно выбранная солнцезащитная косметика убережет нежную детскую кожу от вредного воздействия ультрафиолетовых лучей и сделает любой отдых летом более безопасным. На всех средствах, защищающих от вредного воздействия солнца, есть пометка SPF, что означает фотозащитный фактор (Sun Protection Factor). Номер SPF – это условное обозначение степени защиты от ультрафиолетовых лучей: чем выше число, тем большая защита. У солнцезащитного крема или спрея для ребенка фотозащитный фактор должен быть не менее 30.

Наносить средство на кожу ребенка нужно минут за 30 до выхода на улицу, а потом периодически, с интервалом 2 часа, повторять нанесение.

Что делать если ожоги солнечные вдруг появились?

Если же ребенок все-таки получил солнечный ожог, первое, что нужно предпринять, это принять прохладный (не холодный) душ или ванну. Можно осторожно применить прохладный, влажный компресс на кожу, чтобы помочь облегчить боль и жар. Для облегчения дискомфорта на кожу можно нанести средства после загара. Как правило, они содержат пантенол, который способствует быстрому восстановлению обожженной кожи. Небольшое количество средства нужно равномерно распределить по поврежденной коже и дать впитаться. Не забывайте хорошо поить ребенка и в случае повышения температуры тела, обязательно вызовите врача.

Как защитить ребёнка от клещей

Помните о том, что с апреля-мая начинается сезон клещей. Как жалко, что даже объединив усилия всех родителей мира мы не можем, раз и навсегда победить и отменить данных неприятных жителей лесов и парков.

Обезопасить себя и малыша от контакта с клещом можно, следуя таким мерам предосторожности:

- Нужно правильно одеваться, а открытые участки тела обрабатывать репеллентами.
- Желательно, чтобы одежда была светлая, с длинным рукавом, манжеты застегнуты, а брюки длинные, с резинкой внизу и, обязательно, головной убор.
- При покупке средства, отпугивающего насекомых, обратите внимание, чтобы было указано «от клещей».
- И конечно, по возвращении домой не забудьте провести тщательный осмотр.