

Советы родителям!

АХ, ЛЕТО КРАСНОЕ!

Летом нас так тянет на природу, подальше от городского шума, пыли и копоти. Отдых может принести так много пользы крохе!

А соблюдение правил гигиены уберезет от ненужных проблем

В летние месяцы родители стараются вывезти детей за город – на дачу, в деревню, к морю, чтобы дать возможность малышам хорошо отдохнуть, всласть надышаться свежим воздухом,

накупаться и набраться сил перед долгой зимой.

Дайте возможность ребенку побегать босиком, особенно утром.

Хождение голыми ножками по росе обладает замечательным эффектом закаливания.

Дети очень любят играть на песке около воды, они охотно заходят в воду, стоят в ней. Не надо заставлять ребенка сразу купаться, пусть он сам проявит желание. Не забывайте поить малыша – ведь в жаркий денек ему требуется много жидкости.

Разнообразьте рацион крохи свежими овощами и фруктами.

КОВАРНЫЕ ЛЕТНИЕ НЕДУГИ

Лето – прекрасное время года. Но риск заражения в условиях жары значительно выше. Призыв мыть руки перед едой сейчас становится особенно актуальным. Именно в это время чаще





Отравления

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





Лето и безопасность наших детей



Лето - это не только веселая ребячья беготня и бесконечные игры, но и серьезные опасности, которые подстерегают детей за каждым поворотом. Родители должны знать "врага" в лицо и быть готовыми уберечь своего ребенка от возможных проблем со здоровьем.

Кишечные инфекции.

Жара создает идеальные условия для жизнедеятельности различных далеко не полезных микробов, которые спешат облюбовать не только скоропортящиеся продукты питания, но и воду, о чем многие родители часто забывают.

Чем грозит: Тошнота, рвота, жидкий стул, боль в животе, высокая температура. Если вовремя не отреагировать, возможны серьезные осложнения и длительное лечение.

Как предотвратить: Не давайте детям пить воду из источников. Её необходимо прокипятить. То же самое относится и к воде, которую продают из бочек (неизвестно, где точно она была набрана, в каких условиях и когда). Желательно воздержаться от сладких газированных напитков: они не только не утоляют жажду, но и, при регулярном употреблении, нарушают обмен веществ ребенка.

Также не стоит относить к понятию "вода" соки, молоко и тому подобные продукты питания. Что касается еды, то летом, здесь действует ряд дополнительных ограничений. Так, ребенку ни в коем случае не следует покупать кремовые изделия (торты, пирожные и т.п.), уличный фаст-фуд, колбасу, копчености, пироги с мясом, творогом, печенью. Фрукты, которыми так богат сезон, желательно покупать в супермаркете или на рынке, но только не с рук. Непременно мойте их, а для совсем маленьких деток - обдавайте кипятком. И самое простое, но очень важное правило - не забывайте о чистоте рук.



ЭТО ОПАСНО

Родители должны помнить, что дети активно познают природу, им хочется всё потрогать, всё попробовать. Однако многие растения, которые дети находят на пустыре, в лесу, возле обочин дорог, у водоёмов, представляют опасность – они ядовиты.

Одно из более ядовитых растений – дурман.

Не меньшую опасность представляют и другие ядовитые растения, которые растут на пустырях: белена чёрная, болиголов пятнистый, паслен чёрный, кокорыш обыкновенный или собачья петрушка.

Ядовитые растения могут встречаться и на берегу водоёмов, в сырых местах.

Надо уметь отличать ядовитый паслен, сладкогорький и другие ядовитые растения.

Товарищи родители!

Постоянно напоминайте детям, чтобы ничего не пробовали без разрешения взрослых.

Учите своего ребёнка отличать от обычных растений ядовитые.

И вместе с тем помните, что вы должны помочь детям раскрыть дверь в природу, полную чудес.



ЯДОВИТЫЕ РАСТЕНИЯ

Все дети любопытны и, увы, неосторожны.

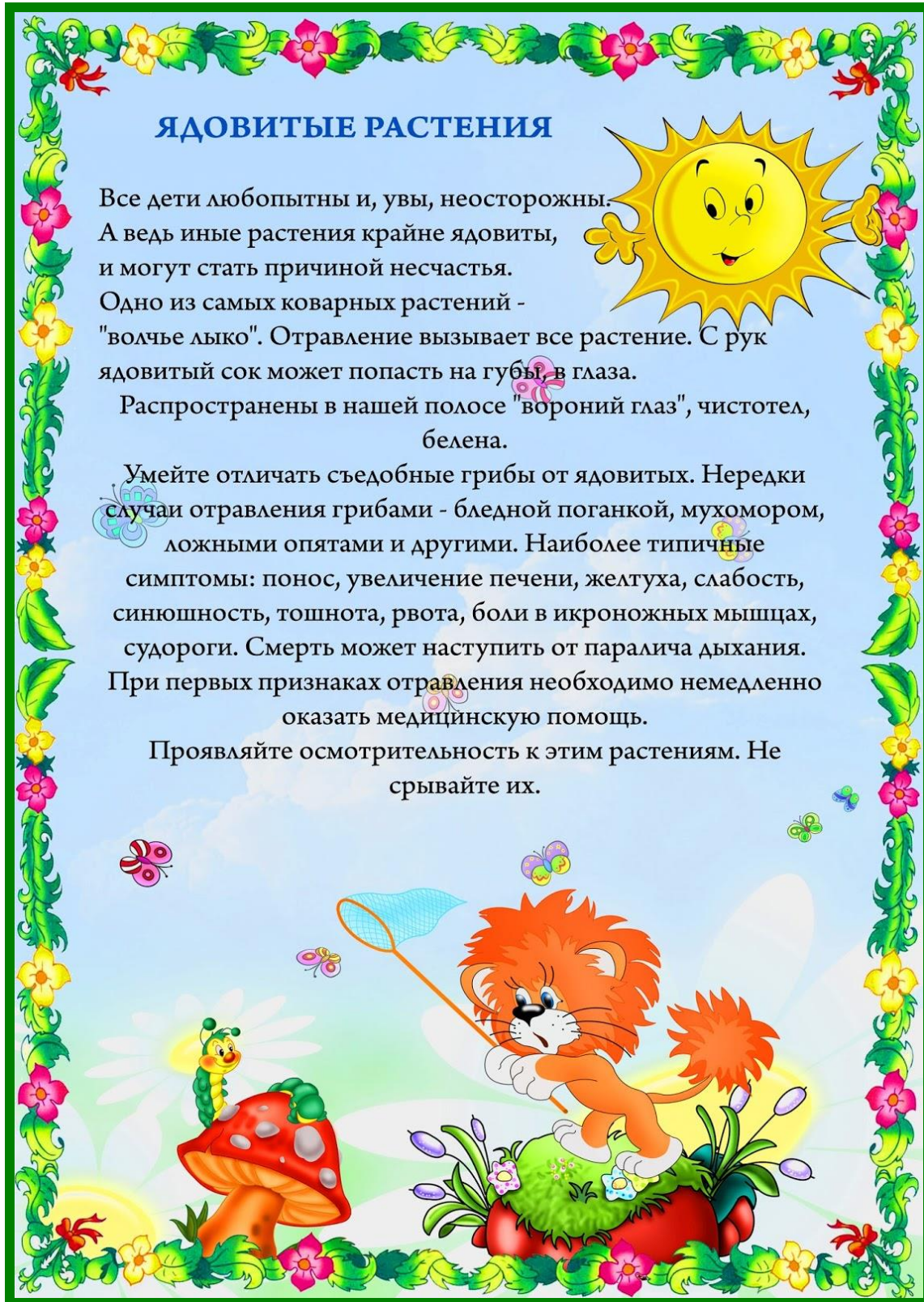
А ведь иные растения крайне ядовиты, и могут стать причиной несчастья.

Одно из самых коварных растений - "волчье лыко". Отравление вызывает все растение. С рук ядовитый сок может попасть на губы, в глаза.

Распространены в нашей полосе "вороний глаз", чистотел, белена.

Умейте отличать съедобные грибы от ядовитых. Нередки случаи отравления грибами - бледной поганкой, мухомором, ложными опятами и другими. Наиболее типичные симптомы: понос, увеличение печени, желтуха, слабость, синюшность, тошнота, рвота, боли в икроножных мышцах, судороги. Смерть может наступить от паралича дыхания. При первых признаках отравления необходимо немедленно оказать медицинскую помощь.

Проявляйте осмотрительность к этим растениям. Не срывайте их.





Насекомые

С наступлением тепла на улице появляется большое количество насекомых. Некоторые из них безвредны (бабочки, стрекозы, муравьи, божьи коровки, кузнечики и др.), а другие представляют угрозу для ребенка (клещи и комары, мошки, клопы и др.).

В помещении можно использовать фумигатор, который не поглощает кислород, или установить на окна специальную москитную сетку (марлю).

Остерегайтесь пчел, 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.

Солнечный удар

При длительном пребывании ребенка на солнце может наступить тепловой удар.

При этом у ребенка появляются слабость, головная боль, тошнота, рвота, учащается пульс, дыхание, расширяются зрачки, возможен обморок, температура тела повышается до 39 - 40 °С.

Первая помощь пострадавшему ребенку заключается в быстрейшем удалении его из зоны перегревания. Его кладут на открытое место, хорошо проветриваемое. Освобождают от верхней одежды, смачивают лицо холодной водой, похлопывая мокрым полотенцем, на голову кладут пузырь с холодной водой или лед. Срочно доставить ребенка в лечебное учреждение.

Чтобы не произошло теплового удара, необходимо ребенка одевать в соответствии с температурой воздуха, иметь головной убор.



ПРАЗДНИК

ЛЕТА

Лето — время года, которого с одинаковым нетерпением ждут и родители, и дети. Сколько игр для всей семьи можно устроить! Осталось только чуть-чуть ...

На пляже не соскучишься..

- Чем ярче и приметнее пляжная одежда ребенка, тем лучше для вас: вы легко отыщете малыша взглядом. Около себя тоже повесьте что-нибудь “вызывающее” и повыше (на палку, на ветку), чтобы ребенок сразу видел, где вы.
- Чтобы ребенок не обгорел, используйте солнцезащитные кремы. А можно вместе сделать накидку из водорослей или сплести из листьев. Не забудьте про носик — от обгорания его спасет кепка с козырьком.
- Малыш, впервые оказавшись у большой воды, может растеряться. Не торопите его, пусть привыкнет. Подойдите с ним к воде, потрогайте ее сами и предложите ему сделать то же. Не хочет? Ну и не надо! Попрыгайте, поплещитесь — пусть на ребенка попадут брызги. Малыш оценит ваш восторг и присоединится, да так, что возникнет другая проблема: как извлечь его из воды без писка и рева.



specialist-detsada.ru
специалист дetsада