

Памятка для заботливых родителей



«Первая помощь при солнечных ожогах»

Дети требуют к себе особого внимания, и иногда случаются такие ситуации, когда действовать нужно быстро и правильно. Неотложных состояний очень много, и помощь при них может сильно различаться – важно провести доврачебные мероприятия таким образом, чтобы облегчить состояние пострадавшего ребенка и ни в коем случае не нанести ему еще большего ущерба.

Меры первой помощи при ожогах

Ожог — наиболее частое неотложное состояние у детей. Ожог развивается при тепловом воздействии — открытого огня, горячего пара или кипятка, контакта с горячими бытовыми приборами (печи, утюги, плиты, водонагреватели). Также выделяют **химические ожоги** (кислоты, щелочи, едкие жидкости), **солнечные ожоги**, ожоги от воздействия электрического тока.

Ожоги по степени тяжести разделяют на 4 категории. Чтобы правильно оказать помощь, нужно ориентироваться на степень повреждения – только ли это краснота, пузыри или лопнувшие пузыри, либо обугливание тканей. Кроме того, важно оценить площадь ожога, ее измеряют ладонкой пострадавшего ребенка, принимая ее за 1%. При ожоге первой степени краснота составляет более 15%, при второй — волдыри более 5%. Нужно немедленно обращаться к врачу, так как высок риск **развития ожоговой болезни!** Ребенка нужно до момента поступления в стационар **поить водой**, так как при ожогах теряется жидкость.

Алгоритм действий при тепловых ожогах:

- немедленно убрать повреждающий фактор (выключить прибор, сбить пламя, устранить кипяток),
- пораженное место охладить под струей воды **не менее 15 минут**, чтобы площадь ожога от нагревания не увеличивалась,
- при наличии пузырей обходить их струей воды во избежание их вскрытия,
- **при красноте и невскрытых пузырях** наложить чистую сухую повязку, продолжая ее охлаждать, показать ребенка врачу; важно даже при небольших ожогах консультирование врача, так как подобные раны плохо заживают и могут оставлять рубцы,
- при сильных повреждениях необходимо изначальное наложение повязки для защиты раны, и только потом — охлаждение; при охлаждении будет уменьшаться боль и меньше **вероятность шока**; пока ребенка будут транспортировать в больницу, повязку нужно постоянно смачивать.

Первая помощь при солнечном ожоге и перегреве

При признаках перегрева с краснотой лица, заторможенностью или неадекватностью поведения, повышением температуры тела, необходимо предпринять следующие меры:

- **немедленно вызвать скорую помощь,**
- **отнести ребенка в тень и прохладу,**
- **приложить к проекциям крупных сосудов холод (сосуды с водой или льдом, мокрую холодную ткань на лоб),**
- **при ожогах кожи наложить на места ожогов холодную мокрую ткань,**
- **напоить ребенка жидкостью прохладной температуры в объеме 1-2 стаканов, показать ребенка врачу, далее лечить ожоги по рекомендациям врача.**

ЗАПРЕЩЕНО ПРИ ЛЮБЫХ ТЕПЛОВЫХ ОЖОГАХ:

НЕЛЬЗЯ самостоятельно лечить ожоги у детей

НЕЛЬЗЯ смазывать пораженные поверхности маслами, спреями и мазями, в том числе и теми, что применяют при ожогах, мылом, белком яйца, мочой, компрессами из сырых овощей,

НЕЛЬЗЯ отрывать прилипшие к ожогу элементы одежды

НЕЛЬЗЯ вскрывать пузыри

НЕЛЬЗЯ какие-либо лекарства, если ранее они не применялись

До приезда врачей только охлаждение водой, при больших поверхностях прямо через одежду. Можно дать ребенку [обезболивающее](#) только такое, которое ранее принималось и было прописано врачом.



Памятка для заботливых родителей

«Предупреждение дорожно-транспортного травматизма»

- Переход дороги в неполюженном месте, перед близко идущим транспортом.
- Игры на проезжей части и возле нее.
- Катание на велосипеде, роликах, других самокатных средствах по проезжей части дороги.
- Невнимание к сигналам светофора.
- Переход проезжей части на красный или желтый сигналы светофора.
- Выход на проезжую часть из-за стоящих машин, сооружений, зеленых насаждений и других препятствий.
- Неправильный выбор места перехода дороги при высадке из маршрутного транспорта.
- Обход транспорта спереди или сзади. Незнание правил перехода перекрестка.
- Хождение по проезжей части при наличии тротуара.
- Бегство от опасности в потоке движущегося транспорта.
- Движение по загородной дороге по направлению движения транспорта.

Запрещено

- Переход дороги в неполюженном месте, перед близко идущим транспортом.
- Игры на проезжей части и возле нее.
- Катание на велосипеде, роликах, других самокатных средствах по проезжей части дороги. Невнимание к сигналам светофора.
- Переход проезжей части на красный или желтый сигналы светофора.
- Выход на проезжую часть из-за стоящих машин, сооружений, зеленых насаждений и других препятствий.
- Неправильный выбор места перехода дороги при высадке из маршрутного транспорта. Обход транспорта спереди или сзади.
- Незнание правил перехода перекрестка.
- Хождение по проезжей части при наличии тротуара.
- Бегство от опасности в потоке движущегося транспорта.

- Движение по загородной дороге по направлению движения транспорта.

«Обучение детей наблюдательности на улице»

Находясь на улице с ребенком, крепко держите его за руку.

Учите ребенка наблюдательности. Если у подъезда стоят транспортные средства или растут деревья, кусты, остановитесь, научите ребенка осматриваться по сторонам и определять: нет ли опасности приближающегося транспорта. Если у подъезда дома есть движение транспорта, обратите на это его внимание. Вместе с ним посмотрите: не приближается ли транспорт.

При движении по тротуару придерживайтесь стороны подальше от проезжей части. Взрослый должен находиться со стороны проезжей части. Приучите ребенка, идя по тротуару, внимательно наблюдать за выездом автомобилей из арок дворов и поворотами транспорта на перекрестках.

При переходе проезжей части дороги остановитесь и осмотритесь по сторонам. Показывайте ребенку следующие действия по осмотру дороги: поворот головы налево, направо, еще раз налево. Дойдя до разделительной линии, делайте вместе с ним поворот головы направо. Если нет движения транспорта, продолжайте переход, не останавливаясь, а если есть – остановитесь на линии и пропустите транспорт, держа ребенка за руку.

Учите ребенка всматриваться вдаль, пропускать приближающийся транспорт. Наблюдая за приближающимися транспортными средствами, обращайте внимание ребенка на то, что за большими машинами (автобус, троллейбус) может быть опасность – движущийся на большой скорости легковой автомобиль или мотоцикл. Поэтому лучше подождать, когда большая машина проедет, и убедиться в отсутствии скрытой опасности.

Не выходите с ребенком на проезжую часть из-за каких-либо препятствий: стоящих автомобилей, кустов, закрывающих обзор проезжей части.

Переходите проезжую часть не наискосок, а прямо, строго перпендикулярно. Ребенок должен понимать, что это делается для лучшего наблюдения за движением транспорта. Переходите проезжую часть только на зеленый сигнал светофора. Объясните ребенку, что переходить дорогу на зеленый мигающий сигнал нельзя. Он горит всего три секунды, можно попасть в ДТП.

Помните, что ребенок обучается движению по улице прежде всего на вашем примере, приобретая собственный опыт!

«Правила перевозки детей в автомобиле»

Всегда пристегивайтесь ремнями безопасности и объясняйте ребенку, зачем это нужно делать. Если это правило автоматически выполняется вами, то оно будет способствовать формированию у ребенка привычки пристегиваться ремнем безопасности. Ремень безопасности для ребенка должен иметь адаптер по его росту (чтобы ремень не был на уровне шеи).

Дети до 12 лет должны сидеть в специальном детском удерживающем устройстве (кресле) или занимать самые безопасные места в автомобиле: середину и правую часть заднего сиденья.

Учите ребенка правильному выходу из автомобиля через правую дверь, которая находится со стороны тротуара.

«Правила поведения на остановке маршрутного транспорта»

Не ускоряйте шаг и не бегите вместе с ребенком на остановку нужного маршрутного транспорта. Приучите ребенка, что это опасно, лучше подождать следующий автобус (троллейбус) и т. д.

На остановках маршрутного транспорта держите ребенка крепко за руку. Нередки случаи, когда ребенок вырывается и выбегает на проезжую часть.

Переходите проезжую часть только на пешеходных переходах. Не обходите маршрутный транспорт спереди или сзади. Если поблизости нет пешеходного перехода, дождитесь, когда транспорт отъедет подальше, и переходите дорогу в том месте, где она хорошо просматривается в обе стороны.

При высадке из автобуса, троллейбуса, трамвая, такси выходите первыми. В противном случае ребенок может упасть или выбежать на проезжую часть дороги.

Жди, пока автобус или другое транспортное средство отъедет на безопасное расстояние или переходи в другом месте, где дорога хорошо просматривается в обе стороны. Прежде чем перейти дорогу, остановись, посмотри налево и на право, потом еще раз налево, и, убедившись в безопасности, переходи дорогу, постоянно контролируя ситуацию.

Красный сигнал светофора – запрещающий, так как с другой стороны горит зеленый для машин. Зеленый разрешает движение, но, прежде чем выйти на проезжую часть дороги, необходимо убедиться в том, что все машины остановились

Желтый мигающий сигнал светофора информирует о том, что перекресток нерегулируемый. Поэтому прежде, чем перейти дорогу, убедитесь в собственной безопасности.

Необходимо рассчитать переход так, чтобы не останавливаться на середине дороги. Но если уже попал в такую ситуацию, то стой на середине дороги, на осевой линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений, или на «направляющем островке», и не делай шаги ни вперед, ни назад, не оценив ситуацию, чтобы водитель успел принять решение, как лучше тебя объехать.

Выходя из подъезда, уже будь внимателен и осторожен. Играй подальше от дороги, там, где нет машин. Нельзя использовать для показа старые знаки на желтом фоне.

Не путайте группы знаков, правильно называйте дорожные знаки и информацию, которую несет в себе тот или иной дорожный знак. Например, часто путают значение знаков 1.20 и

5.16.1. Они оба имеют одинаковое название «Пешеходный переход», но знак 1.20 (треугольный с красной каймой) относится к группе предупреждающих знаков и предупреждает водителя, что впереди – знак 5.16.1 и пешеходный переход. Ф знак 5.16.1 (квадратный синий), имеющий то же название, относится к группе информационно – указательных и указывает пешеходам, что дорогу надо переходить именно здесь.

Необходимо начинать обучение детей со знаков, актуальных для юных участников дорожного движения. В первую очередь, дети должны знать значение знаков:

«Пешеходный переход» (подземный и надземный);

«Движение пешеходов запрещено»;

«Пешеходная дорожка»;

«Дети»;

«Движение на велосипедах запрещено»;

«Пересечение с велосипедной дорожкой»;

«Велосипедная дорожка».

Дорожный знак «Дети» вовсе не предусматривает переход через дорогу именно в месте его установки, а лишь информирует водителя о том, что на дороге могут неожиданно появиться дети, так как рядом школа, детский сад или другое учреждение, и возможно неожиданное появление детей на дороге.

Соблюдайте правила дорожного движения!

Берегите своих детей!

Памятка для заботливых родителей

«О профилактических прививках против клещевого энцефалита»

ОСТОРОЖНО – КЛЕЩИ



С наступлением первых, по настоящему, теплых майских дней после бесконечной зимы, вызывает вполне естественное желание пообщаться с пробуждающей природой, подышать пьянящими ароматами весеннего леса. Все бы хорошо, но посещение леса весной и в начале лета сопряжено с высоким риском быть укушенным клещом, а это чревато заражением такой опасной болезнью, как клещевой энцефалит...

Прививки лучше делать заранее – до начала сезона активности клещей.

Стандартная схема вакцинации предусматривает проведение 2-х прививок перед посещением неблагополучной территории. Курс вакцинации можно проводить в течение всего года, в том числе и в летний период (эпидсезон), но не позднее, чем за 2 недели до выезда в очаг. Предусмотрены также ускоренные схемы вакцинации. После первичного курса вакцинации прививку повторяют, в среднем, через 12 месяцев; последующие ревакцинации проводятся каждые 3 года.

Противопоказаниями к вакцинации являются сильные аллергические реакции на компоненты вакцины, прежде всего белок куриного яйца, а также острые лихорадочные состояния.

В случае, если до выезда в очаг не остается времени провести первичный курс вакцинации используется **«Иммуноглобулин человека против клещевого энцефалита»** (ФГУП «НПО «Микроген» МЗ РФ, Россия), который вводится непосредственно перед выездом в неблагополучный регион. После введения иммуноглобулина защитные антитела сохраняются в течение одного месяца.

Как происходит заражение?

Клещи, находясь на ветках или траве, при приближении животного или человека могут прицепиться к нему, а потом добраться до открытых участков

кожи, чаще всего - шея, волосистая часть головы, спина, подмышечные и паховые области и др. Слюна клеща содержит обезболивающее вещество, поэтому укус его безболезнен, и длительное время не заметен. Вместе со слюной зараженные клещи передают в кровь человека или животного не только вирус клещевого энцефалита, но в некоторых случаях спирохеты, которые вызывают заболевание, клинически сходное с клещевым энцефалитом – клещевой боррелиоз.

Как предотвратить присасывание клещей?

Основная мера защиты – не допускать присасывания клещей. Для этого используют средства индивидуальной защиты: рациональное использование обычной одежды и отпугивающие средства (репелленты). При посещении леса одевайтесь так, чтобы исключить возможность заползания клещей под одежду и на открытые участки кожи, за воротник, на волосы. Через каждые 1,5-2 часа пребывания в лесу проводить само- и взаимно осмотры верхней одежды и открытых частей тела.

Лучшая защита от клещей – это соблюдение техники безопасности:

1. Не рекомендуется без особой надобности залезать в непроходимые чащи низкорослого кустарника.
2. Перемещаясь по лесу, не срывайте веток, этим действием, вы стряхиваете на себя клещей.
3. Ноги должны быть полностью прикрыты.
4. Спортивные трико, штаны должны быть заправлены в носки.
5. Обязательно наличие головного убора.
6. Длинные волосы желательно спрятать под головной убор.
7. После похода по лесу, необходимо проверить, и стряхнуть как верхнюю одежду, так и нижнее белье.
8. Осмотреть все тело.
9. Обязательно расчесать волосы мелкой расческой.

Как удалить присосавшегося клеща?

1. Тело клеща осторожно смазывают маслом, и оставляют на 15-20 минут
2. Затем необходимо сделать из прочной нити петлю и затянуть ее у основания хоботка клеща.
3. Придерживая кожу пальцами, покачивая клеща, постепенно вытягивать его, растягивая концы нити в стороны. Можно захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и, держа строго перпендикулярно поверхности укуса, повернуть тело клеща вокруг оси, извлечь его из кожных покровов
4. Место укуса необходимо смазать 70% спиртом, 5% йодом, зеленкой или одеколоном.

5. Если клещ удален, а его головка осталась в коже, то нужно обратиться в поликлинику для лечебной помощи. Если обратиться нет возможности, то нужно обработать место 5% йодом и извлечь как занозу.
6. Клещей, снятых с тела, необходимо поместить в пузырек (в крайнем случае сжечь или залить кипятком). Не следует давить их пальцами, т.к. если клещ заражен, то вирус может попасть в организм человека через слизистые носа, глаз и незначительно поврежденную кожу.
7. После контакта с клещами обязательно вымыть руки с мылом.
8. Для определения зараженности клеща необходимо (в пузырьке, банке) доставить его в лабораторию.

Будьте внимательны!!!

Делайте прививки от клещевого энцефалита!!!