

## Памятка купающимся

Чтобы избежать беды, детям необходимо строго соблюдать ряд простых правил поведения на воде.

### ПОМНИТЕ:

- купаться можно только в разрешенных местах и в присутствии взрослых;
- нельзя нырять в незнакомых местах — на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги, металлические прутья и т.д.
- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;
- нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования — бакены, буйки и т.д.;
- нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;

**ПОМНИТЕ!** *Выполнение указанных рекомендаций обеспечит Вам безопасный отдых на воде.*

**Основными насекомыми, доставляющими неприятности в нашей климатической зоне, являются комары, клещи и пчелы (осы, шмели, шершни).**

Как известно, кусаются только комары-самки. Им необходима человеческая кровь, чтобы кормить и растить свое потомство. При укусе насекомое впрыскивает под кожу человека особое вещество, которое вызывает сильнейший зуд. Помимо дискомфортных ощущений комариные «уколы» грозят инфекцией. Особенно часто это случается у детей. Дети расчесывают кожу, создавая тем самым благоприятную почву для вторичного бактериального инфицирования. В результате расчесы воспаляются, становятся красными, болезненными и могут даже нагнаиваться.

### Что делать, если укусил комар?

Если комар все-таки добрался до кожи ребенка, можно смазать зудящие бугорки фенистил-гелем, наложить на укус содовый прохладный компресс или кубик льда. Помогает также растертый листик бузины. Если бугорок расчесан, можно обработать ранку зеленкой или перекисью, промыть раствором фурацилина или слабой марганцовкой.

## Памятка для родителей



МБОУ «Излучинская ОНШ»

## **Осторожно: тепловой и солнечный удар!**

В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительней к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может случиться во время приёма световоздушных ванн.

При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны.

Это - головокружение, слабость, головная боль.

У детей часто отмечается расстройство кишечника.

В тяжёлых случаях могут появляться судороги, рвота, потеря сознания.

Во всех таких случаях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на переносицу положить холодный компресс, приподнять голову.

Дайте ребёнку попить и успокойте его.

## **Уважаемые родители!**

Участились случаи отравления грибами.

Помните! Собирая грибы, обращайте внимание на их вид и пригодность к употреблению в пищу! Во время прогулок с детьми следите, чтобы в траве не было грибов. Ребёнок может взять в рот и проглотить несъедобный гриб. Необходимо помнить, что действие яда на организм очень опасно и может привести к смерти.

Признаки отравления грибами: слюнотечение, обильное потоотделение, рвота и жидкий стул с примесями крови. При большой дозе яда наблюдается нарушение зрения, судороги, бред, расстройство дыхания.

*Если отравление произошло, необходимо оказать первую помощь, направленную на выведение яда на организм:*

- 1. Промывание желудка.*
- 2. Приём внутрь активированного угля.*
- 3. Транспортировка в ближайшее лечебное учреждение в положении на боку.*

