



# Новости из "Золотого ключика"

ЕЖЕКВАРТАЛЬНАЯ РЕКЛАМНО-ИНФОРМАЦИОННАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## Безопасность детей летом

### Соблюдение мер личной гигиены – эффективная профилактика острых кишечных заболеваний

**Поддерживайте чистоту** (мойте руки, перед тем как брать продукты и приготовить пищу; мойте руки после туалета; вымойте и продезинфицируйте все поверхности и кухонные принадлежности, используемые для приготовления пищи; предохраняйте кухню и продукты от насекомых, грызунов и других животных).

**Отделяйте сырое и приготовленное** (отделяйте сырое мясо, птицу и морские продукты от других пищевых продуктов; для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными кухонными приборами и принадлежностями, такими как ножи и разделочные доски; храните продукты в закрытой посуде, для предотвращения контакта между сырыми и готовыми продуктами).

**Хорошо прожаривайте или проваривайте продукты** (тщательно прожаривайте или проваривайте продукты, особенно мясо, птицу, яйца и морские продукты; доводите такие блюда, как супы и жаркое, до кипения, чтобы быть уверенными, что они достигли 70° С. При готовке мяса или птицы, их соки должны быть прозрачными, а не розовыми. Рекомендуется использование термометра; Тщательно подогревайте приготовленные продукты).

**Храните продукты при безопасной температуре** (не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более чем на 2 часа; охлаждайте без задержки все приготовленные и скоропортящиеся пищевые продукты (желательно ниже 5° С); держите приготовленные блюда горячими (выше 60° С) вплоть до сервировки; не храните пищу долго, даже в холодильнике; не размораживайте продукты при комнатной температуре).

**Используйте безопасную воду и безопасные сырые продукты** (используйте безопасную воду или обеспечьте ее безопасность в результате обработки; выбирайте продукты, подвергнутые обработке в целях повышения их безопасности, например, пастеризованное молоко; мойте фрукты и овощи, особенно когда они подаются в сыром виде; не употребляйте продукты с истекшим сроком годности).

При возникновении симптомов диареи, необходимо обратиться к лечащему врачу. При возникновении тяжелой или кровавой диареи следует немедленно обратиться за медицинской помощью, не заниматься самолечением и не принимать антибиотики, поскольку это может привести к ухудшению состояния.

### Правила, которые сохранят жизнь Вашему ребенку!

1. Большинство случаев падения происходит тогда, когда родители оставляют детей без присмотра. Не оставляйте маленьких детей одних.
2. Отодвиньте от окон все виды мебели, чтобы ребёнок не мог залезть на подоконник.
3. НИКОГДА не рассчитывайте на москитные сетки! Они не предназначены для защиты от падений! Напротив - москитная сетка способствует трагедии, ибо ребёнок чувствует себя за ней в безопасности и опирается, как на окно, так и на неё. Очень часто дети выпадают вместе с этими сетками.
4. По возможности, открывайте окна сверху, а не снизу.
5. Ставьте на окна специальные фиксаторы, которые не позволяют ребёнку открыть окно более чем на несколько дюймов.
6. Защитите окна, вставив оконные решетки. Решётки защитят детей от падения из открытых окон.
7. Если вы что-то показываете ребёнку из окна - всегда крепко фиксируйте его, будьте готовы к резким движениям малыша, держите ладони сухими, не держите ребёнка за одежду.
8. Если у вас нет возможности прямо сейчас установить фиксирующее и страховое оборудование, вы легко можете просто открутить отверткой болты, крепящие рукоятки и убрать их повыше, используя по мере необходимости и сразу вынимая после использования.

## Укусы насекомых

Наступает благодатная пора. На улице тепло и сухо. Время отдыха и интересных затий. Но нам доставляют неприятности комары, клещи и пчелы. И наша задача постараться оградить наших детей от укусов насекомых. Сейчас все больше детей с аллергической реакцией и мы должны знать, как избежать этих неприятностей.

### Весной и летом больше всего нас беспокоят комары

При укусе они впрыскивают под кожу человека особое вещество, которое вызывает сильнейший зуд. Место укуса комаров дети постоянно чешут. Чтобы уменьшить зуд можно смазать фенистил-гелем. А так же можно наложить на место укуса содовый прохладный компресс или кубик льда. Расчесанная ранка создаёт благодатную почву для других инфекций. И как следствие расчесанные места воспаляются, становятся красными, болезненными и могут даже нагнаиваться. Если же ранка все-таки расчесана, надо обработать ее зеленкой или перекисью водорода. Чтобы избежать укуса комаров, необходимо соблюдать некоторые меры предосторожности: Оградить свой дом от попадания комаров в него. Надо повесить москитные сетки на окна.

Периодически обрабатывать их препаратами, которые отпугивают насекомых. Если все-таки комары проникли в ваше жилище, то необходимо использовать препараты, которые убивают насекомых. Выходя из дома на прогулку, наносите на кожу малыша средства, отпугивающие насекомых. При этом помните, что надо избегать попадания препаратов в глаза. Если это все же произошло, немедленно промойте глаза большим количеством проточной воды. Но не только комары доставляют нам беспокойство.

### Аллергические реакции у детей на укусы насекомых

Укус комара является причиной аллергической реакции обычно тогда, когда ребенок подвергся большому количеству укусов. После укуса комара образуется небольшое покраснение и припухлость, которая чешется. Если у ребенка есть склонность к аллергии на укусы комаров, в месте укуса может развиться волдырь, а затем системные проявления аллергии. При аллергии на укусы мошки клиническая картина заболевания наблюдается чаще, так как обычно мошка летает стаями, и её укусы обычно бывают множественными, что способствует быстрому развитию аллергии. Также обстоит дело и с укусами клопов, которые обычно имеют большие гнезда и ночью нападают на ребёнка, вызывая многочисленные укусы.

Если у ребёнка есть подобные виды аллергий, то после укусов, требуется срочная медицинская помощь.

Если у ребёнка есть подобные виды аллергий, то после укусов, требуется срочная медицинская помощь.

Очень важно, чтобы у родителей, чьи дети имеют аллергию на укусы насекомых, постоянно имели при себе шприц-ручку содержащую необходимые лекарства, а также обучили пользоваться ею самого ребёнка. Чем быстрее будет введён препарат блокирующий выброс медиаторов аллергии, тем благоприятнее прогноз. После первой помощи, необходимо срочно обратиться к врачу. В качестве профилактики укусов следует пользоваться специальными спреями и мазями, которые отпугивают насекомых



## КАК ЗАЩИТИТЬ РЕБЕНКА ОТ ПАДЕНИЯ ИЗ ОКНА



ЕЖЕГОДНО ИЗ ОКОН ВЫПАДАЮТ ДЕТИ, МНОГИЕ СЛУЧАИ ЗАКАНЧИВАЮТСЯ ЛЕТАЛЬНЫМ ИСХОДОМ

### УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ ОБ ЭТИХ ПРАВИЛАХ!

- ✓ Не оставляйте окна открытыми, если в помещении есть ребенок
- ✓ Заблокируйте оконную ручку, чтобы ребенок не мог открыть ее самостоятельно.
- ✓ Москитная сетка НЕ СПАСЕТ ребенка от падения. Она создает иллюзию и провоцирует детей облакачиваться на нее.
- ✓ Отодвиньте от окон все виды мебели, чтобы ребенок не мог самостоятельно залезть на подоконник.
- ✓ Не приучайте ребенка играть на подоконнике, т.к. он будет повторять это в ваше отсутствие.

**НИКОГДА не оставляйте детей без присмотра, тем более одних в квартире!**

## Поговорим о клещах

Они являются наиболее опасными насекомыми, так как клещи являются переносчиками инфекционных заболеваний. Эти вирусные инфекции поражают спинной и головной мозг. Заболевания протекают тяжело, с высокой температурой, судорогами и могут приводить к различным осложнениям. Что же делать, если вы заметили клеща на теле ребенка? Не пытайтесь сами извлечь его, а постарайтесь как можно скорее обратиться в травмпункт. Там насекомое удалят и проверят, не является ли он разносчиком инфекции. Если вы находитесь далеко и быстро не сможете показаться врачу, удалите клеща самостоятельно. Извлекать насекомое нужно пинцетом, делая выкручивающие движения и стараясь не повредить брюшко и хоботок. Помните дергать быстро нельзя, так как вы можете верхнюю половинку туловища клеща оставить внутри кожи, а это опасно воспалением и нагноением. После удаления клеща убедитесь, не осталась ли там часть его. Если все чисто, место укуса промойте водой или спиртом, смажьте йодом или зеленкой. Затем тщательно вымойте руки с мылом, предварительно положив клеща в пакетик, и при первой возможности отвезите его в травмпункт. Только там определяют степень опасности, проверив его на носительство возбудителя.

### Какие меры предосторожности надо соблюдать, чтобы вас не укусил клещ:

Ваша одежда должна быть по возможности светлой, так как на ней проще заметить насекомое; Постарайтесь максимально закрыть кожу: наденьте носки, брюки, рубашку с длинными рукавами, голову покройте панамой или бейсболкой; Не разрешайте детям ходить босиком по траве, сидеть и лежать на земле, не осмотрев предварительно поверхность почвы; Каждые 15–20 минут осматривайте себя с ног до головы; Не оставайтесь на ночлег, если заранее не приобрели анти клещевые спреи, которыми нужно будет обработать палатку и спальный мешок. Ещё хочется напомнить вам о таких насекомых как пчела, оса, шершень Укусы этих насекомых очень болезненны. Место укуса быстро краснеет, становится припухшим и отечным. Ребенок жалуется на сильную пульсирующую боль. Может повыситься температура тела, иногда наблюдаются тошнота и головная боль. Кроме болезненных ощущений укусы этих насекомых могут вызвать аллергические реакции вплоть до анафилактического шока.

### Необходимо: Успокоить малыша

Приложить к месту укуса холодный компресс;  
Исключить возможность перегрева ребенка и физическую нагрузку;  
Если в теле ребенка осталось жало, надо быстро и аккуратно удалить его;  
Обработать ранку перекисью водорода;  
Дать малышу десенсибилизирующий препарат внутрь;  
Помазать область укуса противоаллергическим гелем;  
При развитии аллергической реакции, которая сопровождается нарастающим отеком, тошнотой и даже затруднением дыхания, надо незамедлительно обратиться к врачу.

### Укусов пчел, ос и шершней можно избежать, если...

Дети не будут играть среди цветов; Будут четко знать, что нельзя махать руками, гоняться и пытаться поймать этих полосатых насекомых; Не есть на улице сладости, привлекающие насекомых. Не посещать с детьми мест возможного скопления жалящих насекомых; Оберегайте своих детей от укусов насекомых. Помните и применяйте на практике простейшие меры предосторожности.

## Отравления ядовитыми растениями

### Уважаемые родители! Научите своих детей следующему:

- Нельзя пробовать на вкус неизвестные ягоды, листья, стебли растений, плоды, семена, грибы, как бы привлекательно они не выглядели.
- К незнакомым растениям даже нельзя дотрагиваться, так как можно получить ожег, аллергическую реакцию.
- К ядовитым растениям относятся: бузина черная, вороний глаз, дурман, болиголов, багульник, белена черная и многие другие. Чтобы избежать отравления, надо научить детей хорошо знать основные признаки ядовитых и несъедобных грибов и растений и поддерживать правила- никогда ничего незнакомого и опасного не пробовать на вкус, не употреблять в пищу и даже не трогать руками.





## Правила поведения при встрече со змеями. Оказание первой помощи

Любую незнакомую змею следует считать заведомо ядовитой, однако желательно до похода изучить приметы безобидных и ядовитых змей. Не пытайтесь без крайней необходимости ловить змей или играть с ними, даже если они малы размером и внешне вялы. Ядовиты и только что вылупившиеся из яйца детеныши змей.

Следует соблюдать осторожность в обращении с мертвыми змеями, у некоторых из них яд сохраняет свои свойства долгое время. Случайный укол ядовитым зубом может вызвать отравление.

*Змеи никогда не нападают без предупреждения!*

Если вы неожиданно заметили ползущую змею, замрите, дайте ей возможность уйти. Если змея приняла позу угрозы, отступите медленно назад. Избегайте резких, пугающих змею движений! Нельзя, защищаясь, выставлять вперед руки, разворачиваться к змее спиной. Если у вас есть палка, держите ее перед собой по направлению к змее. Не убегайте от встретившейся змеи - можно наступить на незамеченную другую. Сохраняйте спокойствие в решениях, действиях, жестах. Помните, опасна змея, которую вы не видите, обнаруженная змея угрозы не представляет.

**Первая помощь при укусе змеи.** Сразу после укуса необходимо обеспечить пострадавшему полный покой в горизонтальном положении. При необходимости перенести пострадавшего в удобное, защищенное от непогоды место. Самостоятельное движение пострадавшего недопустимо!

Чтобы замедлить распространение яда в организме, ограничьте подвижность пострадавшего. Пораженные конечности иммобилизируйте. При укусе в ногу прибинтуйте ее к здоровой и, подложив что-либо под колени, слегка приподнимите их. При укусе в руку зафиксируйте ее в согнутом положении.

Ранку надо продезинфицировать, наложить стерильную повязку, которую по мере развития отека периодически ослаблять, чтобы она не врезалась в мягкие ткани. Нельзя накладывать жгут выше места укуса. Наложение жгута на пораженную конечность ухудшает состояние пострадавшего, провоцирует гангренозные явления, повышает возможность летального исхода.

Помните, что алкоголь не является противоядием, а, наоборот, затрудняет выведение яда из организма, усиливает его действие. Давайте пострадавшему больше пить чая, бульона, воды (от кофе как возбуждающего лучше отказаться). Усиленное водопотребление способствует выводу яда из организма.

Постарайтесь немедленно транспортировать на носилках пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение. Если вас или ваших спутников укусила змея – немедленно обратитесь в ближайшее учреждение здравоохранения, при ухудшении состояния и отсутствия возможности обращения к врачу звоните по т. 01, с.т. 112

## Правила поведения на воде для детей

1. Дети должны купаться только под присмотром родителей только на обустроенных пляжах, на которых дежурят спасатели. Ни в коем случае нельзя купаться в местах, возле которых размещены щиты с надписью «Купаться строго запрещено!»

2. Детям нельзя:

- ✓ купаться при повышенной температуре и недомогании.
- ✓ находиться в воде больше 30 минут, а если вода прохладная – 5-7 минут.
- ✓ купаться сразу после обильного приема пищи. Нужно выждать 30-45 минут.
- ✓ заплывать за буйки, даже в присутствии родителей, нырять в незнакомых местах, прыгать в воду с неприспособленных для этого возвышений.

3. Категорически запрещается играть на воде игры, во время которых нужно топить других, спонтанно нырять и хватать кого-то за ноги в воде – перепуганный человек может случайно нанести травму ныряющему шутнику.

4. В жаркие солнечные дни нужно купаться в головных уборах.

Не допускается перепечатка либо иное использование материалов, опубликование в газете, без письменного согласования с редакцией. Данное ограничение распространяется и на электронные средства

Главный редактор  
Шустова М.А.

