

Безопасное лето

Лето- лучшая пора для детей. Это отдых в лагере, деревне, купание на водоёмах и прогулки в лесу. Летний период несет в себе не только радость каникул, возможность загорать и купаться, но и высокие риски для детей. Поэтому на отдыхе необходимо помнить:



*Если хочется купаться,
В речке плавать и плескаться.
То не захлебнуться вдруг
Надувной поможет круг!
-не купаться без сопровождения
взрослых
-не ныряйте в местах с
неизвестным дном*



*Если солнечно и жарко
Не забудь надеть панамку,
а иначе солнце хлоп!
И засветит прямо в лоб
-нельзя находиться долго на солнце
-обязательно носить головной
убор*



*Просят звери, просят птички:
«Не носи к нам в гости спички!
Хоть в лесу и много дров,
Он не место для костров!»*

*Если ходишь босиком,
То смотри под ноги,
Вдруг окажется стекло
На твоей дороге!*

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

Родители, не оставляйте детей без присмотра!

Ребенок берет пример с Вас! Пусть Ваш пример соблюдения правил безопасности научит его!

Помните! Огонь становится врагом, если с ним обращаться неосторожно!



Храните спички, зажигалки в недоступных для детей местах. Немедленно пресекайте любые игры детей с огнем!

Объясните, что при пожаре в доме необходимо выбегать на улицу.

Прятаться в доме - НЕЛЬЗЯ!



Выучите с ребенком номера экстренных служб и домашний адрес

Для безопасности своей семьи и имущества Установите пожарный извещатель!



Объясните ребенку, что гулять возле проезжей части – ОПАСНО!

Научите простым правилам дорожного движения:

- Если **КРАСНЫЙ** свет горит, это значит путь закрыт!
- **ЖЕЛТЫЙ** – подожди чуть-чуть, будь готов продолжить путь.
- А **ЗЕЛЕНый** свет горит, это значит путь ОТКРЫТ!



Объясните, почему нельзя открывать двери незнакомым людям, и трогать чужие вещи.

ВОДА – не страшна тем, кто соблюдает безопасность!

Не купайтесь в незнакомых и необорудованных местах. Оставлять детей у воды без присмотра – ЗАПРЕЩЕНО!



ЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЬЕ ОКРУЖАЮЩИХ ВАС ЛЮДЕЙ!

ПРИ ПОЖАРЕ ЗВОНИТЬ – 101/112
ТЕЛЕФОН ПОЛИЦИИ – 102
ТЕЛЕФОН СКОРОЙ ПОМОЩИ – 103
ТЕЛЕФОН ГАЗОВОЙ СЛУЖБЫ – 104

При утечке газа:

1. Откройте окна и двери;
2. Выйдите на улицу;
3. Позвоните в газовую службу.

САНБЮЛЛЕТЕНЬ

КАК ВЕСТИ СЕБЯ В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ?



СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

- ОБЩАЯ СЛАБОСТЬ
- РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ
- НЕУВЕРЕННОСТЬ ДВИЖЕНИЙ
- КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА
- ТОШНОТА, РВОТА
- ОБМОРОЧНЫЕ СОСТОЯНИЯ

МЕРЫ ПРОФИЛАКТИКИ

- ГОЛОВУ ЗАЩИЩАЙТЕ ЛЁГКИМ СВЕЛЫМ ГОЛОВНЫМ УБОРОМ
- НОСИТЕ ЛЕГКУЮ, СВЕЛЮЮ ОДЕЖДУ ИЗ НАТУРАЛЬНЫХ ТКАНЕЙ
- ИЗБЕГАЙТЕ ДЛИТЕЛЬНОГО ПРЕБЫВАНИЯ НА СОЛНЦЕ, ПЛЯЖЕ
- ЗАГОРАТЬ ЛУЧШЕ НЕ ЛЕЖА, А В ДВИЖЕНИИ, СОЛНЕЧНЫЕ ВАННЫ ПРИНИМАТЬ В УТРЕННИЕ И ВЕЧЕРНИЕ ЧАСЫ, ПОЛЕЗНО СОЧЕТАТЬ С КУПАНИЕМ
- ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ЖИДКОСТИ
- ОТКАЖИТЕСЬ ОТ КОФЕИНА, ГАЗИРОВКИ, ПРИЕМА ЖИРНОЙ ПИЩИ
- ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ЗОНТОМ ОТ СОЛНЦА

ОСТОРОЖНО КЛЕЩИ!

- ❖ КЛЕЩИ ОПАСНЫ ТЕМ, ЧТО МОГУТ ПЕРЕНОСИТЬ БОЛЕЗНИ, УГРОЖАЮЩИЕ ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА.
- ❖ В АПРЕЛЕ-МАЕ ПОЯВЛЯЮТСЯ КЛЕЩИ, КОТОРЫЕ «ЗАСЕЛЯЮТ» ТРАВУ И КУСТАРИКИ У ОБОЧИНЫ ДОРОГИ, ТРОПЫ, УРУЧЬЯ.
- ❖ КЛЕЩИ, ПРИЦЕПИВШИСЬ К ОДЕЖДЕ, ЗАПОЛЗАЮТ ПОД НЕЁ И ПРИСАСЫВАЮТСЯ К ТЕЛУ.

КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ КЛЕЩЕЙ

- ОТПРАВЛЯЯСЬ В ЛЕС, ОБЯЗАТЕЛЬНО НАДЕВЬТЕ ГОЛОВНОЙ УБОР ИЛИ ОДЕЖДУ С КАПОШОНОМ, УБЕРИТЕ ТУДА ВОЛОСЫ.
- НАДЕВАЙТЕ СПОРТИВНЫЕ БРЮКИ, КОТОРЫЕ ЛУЧШЕ ЗАПРАВЛЯТЬ В НОСКИ, И ВЫСОКУЮ ОБУВЬ.
- ВЕРХНЯЯ ОДЕЖДА (РУБАШКА, БАТНИК, КУРТЧКА) ЖЕЛАТЕЛНА СВЕЛЛА, С ПЛОТНО ПРИЛЕГАЮЩИМИ К РУКАМ МАНЖЕТАМИ.
- ПРИДЯ ДОМОЙ ТЩАТЕЛЬНО ОСМОТРИТЕ СЕБЯ, РОДНЫХ И ПИТОМЦЕВ.
- ЕСЛИ КЛЕЩ ОБНАРУЖЕН - СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ В ПРИЕМНЫЙ ПОКОЙ ТРАВМАТОЛОГИЧЕСКОЙ БОЛЬНИЦЫ.
- НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ВЫТАЩИТЬ КЛЕЩА САМОСТОЯТЕЛЬНО!

ЕСЛИ ЛЕЧЕБНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДАЛЕКО, ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТИ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ В ТЕЧЕНИЕ 3-Х ЧАСОВ, НЕОБХОДИМО:

- СМАЗАТЬ КЛЕЩА КЕРОСИНОМ, КАМФОРНЫМ МАСЛОМ
- ОСТОРОЖНО ИЗВЛЕЧЬ КЛЕЩА ПИНЦЕТОМ РАСКАЧИВАЮЩИМИ ДВИЖЕНИЯМИ
- МЕСТО УКУСА ОБРАБОТАТЬ 5% ЙОДОМ, ОДЕКОЛОНОМ
- СНЯТОГО КЛЕЩА ОТНЕСТИ В БЛИЖАЙШИЙ МЕДПУНКТ

БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО ДЕТЯМ ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР ВОЗНИКАЕТ В РЕЗУЛЬТАТЕ ПЕРЕГРЕВАНИЯ ОРГАНИЗМА ПРИ ДЛИТЕЛЬНОМ ВОЗДЕЙСТВИИ ВЫСОКОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ И ПРЯМОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ СОЛНЕЧНЫХ ЛУЧЕЙ НА НЕЗАЩИЩЕННУЮ КОЖУ

ЧТО ДЕЛАТЬ? ЗАПОМНИТЕ!

- НЕМЕДЛЕННО ПЕРЕНЕСТИ РЕБЁНКА В ПРОХЛАДНОЕ ПОМЕЩЕНИЕ ИЛИ В ТЕНЬ
- ОБТЕРЕТЬ ТЕЛО ХОЛОДНОЙ ВОДОЙ
- ДАТЬ ПОСТРАДАВШЕМУ ПИТЬ



- ХОЛОДНЫЙ КОМПРЕСС НА ЛОБ



- ВЫЗВАТЬ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ»!

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ:

- В СОЛНЕЧНУЮ ПОГОДУ ВСЕГДА НАДЕВАЙТЕ ГОЛОВНОЙ УБОР
- КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ, БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ
- НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ - НА ДНЕ МОГУТ ОКАЗАТЬСЯ БРЁВНА, КАМНИ, КОРЯГИ, СТЕКЛА
- ЕСЛИ НЕ УМЕЕТЕ ПЛАВАТЬ, ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАРУКАВНИКАМИ, НАДУВНЫМ КРУГОМ
- НЕ СТОИТ ЗАТЕВАТЬ ИГРУ, ГДЕ В ШУТКУ НАДО «ТОПИТЬ» ДРУГ ДРУГА
- ВЫТАЩИТЕ ИЗО РТА ЖЕВАТЕЛЬНУЮ РЕЗИНКУ, ЗАХОДЯ В ВОДУ



ДЕТСКИЙ ТРАВМАТИЗМ В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ

- ПАДЕНИЯ С ЛЕСТНИЦЫ, ПОДОКОННИКОВ, СО СНАРЯДОВ НА ДЕТСКИХ ПЛОЩАДКАХ, А ТАКЖЕ ВСЛЕДСТВИЕ «ПОДНОЖЕК», ПОДВИЖНЫХ ИГР
- РАНЕНИЯ КОЛЮЩИМИ И РЕЖУЩИМИ ПРЕДМЕТАМИ ВСЛЕДСТВИЕ НЕОСТОРОЖНОГО ПРИМЕНЕНИЯ ИЛИ БАЛОВСТВА (ОСТРО ОТТОЧЕННЫЕ КАРАНДАШИ, ЦИРКУЛИ, НОЖНИЦЫ)
- ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ ОТ НЕИСПРАВНЫХ ЭЛЕКТРОПРИБОРОВ ИЛИ ОБНАЖЕННЫХ ПРОВОДОВ, ОЖОГИ

У КОСТРА

- ДЕТИ НЕ ДОЛЖНЫ РАЗВОДИТЬ КОСТЕР ОДНИ, БЕЗ ПРИСМОТРА ВЗРОСЛЫХ!
- НЕЛЬЗЯ ДОСТАВАТЬ ИЗ КОСТРА ВЕТКИ И РАЗМАХИВАТЬ ИМИ, МОЖНО ПОПАСТЬ В ЛИЦО ТОВАРИЩУ
- НЕЛЬЗЯ ПОДКИДЫВАТЬ В КОСТЕР ЛАПНИК И ЧТО-ТО ПОДОБНОЕ, ДАЮЩЕЕ МНОГО ИСКР, Т.К. ОНИ МОГУТ ПОДЖЕЧЬ СУХОЙ ЛЕС (ЛУГ), ПОПАСТЬ В ЛИЦО ОКРУЖАЮЩИМ ИЛИ ПРОЖЕЧЬ ОДЕЖДУ
- ОПАСНО РАЗВОДИТЬ КОСТЕР ПРИ СИЛЬНОМ ВЕТРЕ, ОСОБЕННО НА ДАЧЕ, ВБЛИЗИ СТРОЕНИЙ
- НЕЛЬЗЯ ШАЛИТЬ И БРОСАТЬ В КОСТЕР АЭРОЗОЛЬНЫЕ БАЛЛОНЧИКИ, БАНКИ И БУТЫЛКИ ИЗ ПОД БЫТОВОЙ ХИМИИ, ШИФЕР, ОНИ МОГУТ ВЗОРВАТЬСЯ!
- УХОДЯ, НУЖНО ОБЯЗАТЕЛЬНО ЗАТУШИТЬ ОГОНЬ!



УШНЕМЫ -

ЭТО ВНУТРЕННЕЕ ПОВРЕЖДЕНИЕ ТКАНЕЙ ОРГАНИЗМА.

ПРИЗНАКИ УШНЕВ:

- СИНЯК, ШИШКА
- ПРИЛОЖИТЬ ХОЛОДНЫЙ ПРЕДМЕТ (ЛЕД, СНЕГ)
- НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ!

ВЫВИХИ -

ОПРЕДЕЛЯЮТСЯ ПО ИЗМЕНЕНИЮ ФОРМЫ СУСТАВА И ПО ИЗМЕНЕНИЮ КОНЕЧНОСТИ.

ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ:

- СОЗДАНИЕ ПОЛНОГО ПОКОЯ ПОВРЕЖДЕННОЙ КОНЕЧНОСТИ. ДЛЯ ЭТОГО ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ШИНА (ПАЛКА, КНИГА, КАРТОН)
- ВЫВИХИ НЕ ВПРАВЛЯТЬ
- ВЫЗВАТЬ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ»!

ПЕРЕЛОМЫ -

ЭТО НАРУШЕНИЕ ЦЕЛОСТНОСТИ КОСТИ. ПРИЗНАКИ ПЕРЕЛОМА: ГИПЕРЕМИЯ МЯГКИХ ТКАНЕЙ НЕЕСТЕСТВЕННОЕ ПОЛОЖЕНИЕ КОНЕЧНОСТИ ИЗМЕНЕНИЕ ФОРМЫ И РАЗМЕРОВ КОНЕЧНОСТИ ОТЕК, ГЕМАТОМА

НЕВОЗМОЖНОСТЬ СОВЕРШИТЬ БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ ДВИЖЕНИЕ

ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ:

- ПОЛНЫЙ ПОКОЙ ПОСТРАДАВШЕЙ КОНЕЧНОСТИ, ОБЕЗДВИЖИТЬ И ЗАФИКСИРОВАТЬ ПУТЕМ НАЛОЖЕНИЯ ШИНЫ (ДОСКИ)
- НА МЕСТО ПЕРЕЛОМА ПОЛОЖИТЬ ПУЗЫРЬ СО ЛЬДОМ
- ДАТЬ ПОСТРАДАВШЕМУ ОБЕЗБОЛИВАЮЩЕЕ СРЕДСТВО
- ВЫЗВАТЬ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ»!

БУ ХМАО-ЮГРЫ «ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»
ФИЛИАЛ В ГОРОДЕ СУРГУТ