



# ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОСТИ



## Безопасность детей в период летнего отдыха

### Правила пожарной безопасности для детей:



1. Помните, что спички, зажигалки, свечи - это не игрушки. От них может случиться пожар;
2. Знайте, что включенный телевизор иногда может загореться. Смотрите телевизор югда в доме есть взрослые;
3. Газовая плита на кухне - источник повышенной опасности. Попросите взрослых научить вас правильно и безопасно пользоваться газовой плитой.;
4. Соблюдайте повышенную осторожность находясь рядом с открытым огнем;
5. Знайте, что бросать в огонь пустые баночки, флаконы и другие незнакомые предметы очень опасно, так как они могут взорваться;
6. Хлопушки и бенгальские огни можно использовать только на улице и под присмотром взрослых;
7. При пожаре никогда не прячьтесь в труднодоступных местах;
8. Увидев огонь или дым сразу зовите взрослых;

### НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ!

1. Купаться можно только в разрешенных местах;
2. Нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги и др.;
3. Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина.  
Не отплывайте далеко от берега на надувных плавсредствах - они могут оказаться неисправными, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать;
4. Нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования - бакены, буйки и т.д.;
5. Нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зону заплыва, и выплывать на фарватер;



**ПРИ ПОЖАРЕ  
ЗВОНИТЬ**

с городского  
**01, 101**

с мобильного  
**112**

### Правила безопасного поведения на воде:



6. Нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прилива;
7. Если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. В этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;
8. Если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
9. Если у Вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы.
10. Не стесняйтесь позвать на помощь;
11. Не подавайте крики ложной тревоги;



# УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах

во многих случаях зависит

**ТОЛЬКО ОТ ВАС!**

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой:

- провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.



## Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).

## Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов или разных предметов.
- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.





# БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

## КАК ВЕСТИ СЕБЯ В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ?



### СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Недомогание проявляется только через 6-8 часов. Как и при тепловом ударе, солнечный сопровождается нарушением кровообращения, потливостью, слабостью, головной болью, шумом в ушах, а иногда и потерей сознания. У ребенка повышается температура до 38-40 градусов. В таком случае необходимо раздеть ребенка, уложить его в прохладном месте, наполить прокладным чаем или минеральной водой, а затем прикладывать ко лбу холодные компрессы. Также можно завернуть малыша в мокрую и хорошо выкрученную простыню. Если температура не падает и состояние ухудшается, немедленно вызывайте скорую помощь.

### СОЛНЕЧНЫЙ ОЖЕГ

Это покраснение и болезненное воспаление кожи под воздействием солнечных лучей. Если ожог достаточно сильный, то через некоторое время на пострадавшем участке появляются волдыри, а через пару дней кожа начинает облезать и шелушиться. При малейшем покраснении кожи уведите ребенка в дом или хотя бы в тень, обмойте пострадавшие участки прохладной водой и смажьте кремом. При появлении волдырей необходимо обратиться к врачу.

### НЕПРИЯТНОСТИ НА ВОДЕ

Если ребенок просто наделбелся воды, откашливается и задыхается, но в сознании, достаточно просто успокоить его, укутать во что-то теплое, если же ситуация критическая, важно соблюдать определенные правила:

- не держите ребенка за голову, подкачайте его под мышки;
- обратите внимание на цвет кожи: если он синюшный, значит в легких ребенка вода. Попытайтесь удалить жидкость из дыхательных путей: стоя на одном колене, уложите ребенка на свое второе согнутое колено так, чтобы на него опиралась нижняя часть грудной клетки ребенка, а верхняя часть туловища и голова свешивались вниз. Затем откройте ребенку рот и главное надавите ребра на спине. Повторяйте процедуру до тех пор, пока не прекратится интенсивное вытекание воды. Переверните ребенка на спину и сделайте искусственное дыхание, вызовите скорую помощь.

### ВЫВИХИ И ПЕРЕЛОМЫ

Если после падения образовался синяк, появилась припухлость и боль, а поврежденная рука или нога ограничена в движении - это может быть как вывих, так и перелом. Ни в коем случае не сгибайте-разгибайте пострадавшую часть тела, осторожно пощупайте место ушиба. Если боль очень сильная, дайте обезболивающее. Важно, чтобы по пути в травмпункт рука или нога не болтались, а были зафиксированы. Также необходимо приложить холод. Если дело осложняется открытой раной, промойте ее и обработайте как ссадину.

### СИНЯКИ

Первые два дня после ушиба синяку нужен холод: он уменьшает отек тканей и предотвращает развитие гематомы. Поэтому каждые 2-3 часа на 10 минут прикладывайте к месту ушиба кусочки льда, завернутые в целлофан. На третий день необходимо сделать компресс (разведенный спирт, водка или камфорное масло), затем компрессионная бумага, вата и бинт.

**ПОМНИТЕ:** согревает компресс только 3-4 часа, дальше начинается процесс охлаждения.

Еще одно средство: 3-4 дня обрабатывать синяк ватным тампоном, пропитанным яблочным уксусом (разбавлять половин с водой). Хорошо помогает алоэ (разрезанный пополам лист приложите к пострадавшему месту, закрепив пластырем), а также капустный лист, только нужно его предварительно размять до появления капелек сока.

### ССАДИНЫ

Тщательно промойте ранку проточной водой и обработайте обыкновенным хозяйственным мылом (это самый лучший антисептик, необходимо нанести только мыльную пенку а затем смыть водой). В дальнейшем ссадину необходимо обработать любой антисептической мазью или облепиховым маслом.

**ПОМНИТЕ:** при глубокой ране длиной более 1 см необходимо наложить швы, поэтому обратитесь в ближайший травмпункт.

### “ПОЛЕТ” С ДЕРЕВА

Симптомы сотрясения головного мозга: головная боль, тошнота, рвота, бледность, вялость, сонливость. Необходимо уложить ребенка в кровать, ограничить питье и вызвать скорую помощь.

**ПОМНИТЕ:** обезболивающие средство в такой ситуации не дают, это мешает специалистам установить точный диагноз, ведь удар головой не всегда приводит к сотрясению мозга.

При ударе животом могут пострадать внутренние органы (печень, селезенка). Бить тревогу необходимо если ребенок побледнел - возможно, это следствие внутреннего кровотечения или понижения давления.

При носовых кровотечениях кровь не только вытекает из носовых ходов, но еще и льется в рот и глотку, что провоцирует кашель и рвоту. Проявите выдержку, уложите ребенка, иначе кровотечение только усилится. Необходимо усадить его в прохладном месте так, чтобы он не запрокидывал голову назад, положите на нос платок, смоченный в холодной воде. Если кровотечение не останавливается попросите сильно сжать обе половинки носа на 3-5 минут, или сделать тампон из бинта, смоченного перекисью водорода. Если действия не помогли, вызывайте врача.

### НАСЕКОМЫЕ

**ПЧЕЛА** - единственное насекомое, оставляющее в своей "жиртке" жало. Его нужно аккуратно удалить при помощи пинцета. Кроме этого отличий в укусах разных насекомых нет: пострадавшее место краснеет и иногда увеличивается до размера ладони, опухает, становится горячим. Боль чувствуется около 4 часов, а припухлость остается 1-2 дня. Сразу после укуса ребенку нужно дать противоаллергический препарат, приложить к больному месту что-то холодное и обработать ранку уксусом, содовым раствором или срезом лука, чеснока, картофеля, кусочком помидора, растолченной зеленой петрушки. Можно помазать воспаленное место валидолом или корвалолом.

**КЛЕЩ:** после лесной прогулки внимательно осмотрите тело ребенка и не пугайтесь, обнаружив туловище клеща. Положите колечко так, чтобы клещ оказался в середине, налейте вовнутрь растительное масло. Если не вышло, то захватите его пинцетом и крутите винтообразными движениями против часовой стрелки. После продезинфицируйте место укуса перекисью водорода, а потом зеленкой.

**МУХА В УХЕ:** не доставайте вручную: от испуга насекомое начинает вондаться еще глубже, причиняя сильную боль. Нужно закапать в ухо несколько капель теплого растительного масла, при этом слегка наклоните голову ребенка в сторону пострадавшего уха, чтобы жидкость не попала на барабанную перепонку, но медленно стекла по стенке уха.

### ОТРАВЛЕНИЕ

оно может дать о себе знать через 2-3 часа после употребления сомнительных продуктов, но иногда симптомы "выжидают" по 20-25 часов, для начала необходимо промыть желудок большим количеством воды или 2-процентным раствором пищевой соды, также необходим препарат, способный вывести из организма вредные вещества, например измельченный активированный уголь (1 таблетка на 10 кг массы тела), разведенный в 100 мл теплой воды, чтобы избежать обезвоживания организма, дайте ребенку препарат для регидрации (восстановления водно-солевого баланса).

Не стоит думать, что отпуск с ребенком состоит из одних неврозозов и опасностей. Но зная, как действовать в случае неприятностей, нужно именно для того, чтобы спокойно отдыхать.

