**Бяспечнае лета.**

Вось і наступіла доўгачаканае лета! Дзеці ўсё больш часу праводзяць на вуліцы, выязджаюць на адпачынак у лес і на вадаёмы.

Папярэджанне дзіцячага траўматызму - адна з самых актуальных праблем нашага часу. За жыццё і здароўе дзяцей адказваюць дарослыя, і ў першую чаргу менавіта бацькі павінны стварыць бяспечныя ўмовы жыццядзейнасці дзяцей у летні перыяд, сфарміраваць у іх навыкі бяспечных паводзін і ўменні прадбачыць наступствы небяспечных сітуацый.

Галоўнае, што павінны бацькі памятаць - ні пры якіх акалічнасцях не пакідаць дзіця без нагляду. Абараніць сябе і сваіх дзяцей ад шматлікіх праблем, якімі можа сутыкнуцца сям'я, можна пры ўмове дарослага клопату пра бяспеку.

Шматлікія меры па забеспячэнні бяспекі дзяцей, могуць здацца элементарнымі, аднак з дзецьмі дашкольнага ўзросту неабходна разбіраць і абмяркоўваць правілы паводзін.

Неабходна вывучыць некаторыя правілы паводзін, якія дзеці павінны выконваць няўхільна, бо ад гэтага залежаць іх здароўе і бяспека.

**Бяспека паводзін на вадзе і каля вадаёма**

Галоўная ўмова бяспекі - купацца ў суправаджэнні кагосьці з дарослых. Неабходна растлумачыць дзіцяці, чаму не варта купацца ў незнаёмым месцы, асабліва там, дзе няма іншых людзей. Дно вадаёма можа ўтойваць нямала небяспек: затоплены карчак, вострыя асколкі, халодныя ключы і глыбокія ямы.

Перш чым заходзіць у ваду, трэба паназіраць, як яна выглядае. Калі колер і пах вады не такія, як звычайна, лепш устрымацца ад купання.

Таксама дзеці павінны цвёрда засвоіць наступныя правілы:

гульні на вадзе небяспечныя (нельга, нават гуляючы, "тапіць" сваіх сяброў ці

"хавацца" пад вадой);

катэгарычна забараняецца скакаць у ваду ў не прызначаных для гэтага месцах;

нельга ныраць і плаваць у месцах, якія пазарасталі багавіннем;

не варта далёка заплываць на надзіманых матрацах і кругах;

не варта клікаць на дапамогу жартам.

**Небяспечная вышыня і адкрытыя вокны**

Варта памятаць, што менавіта на дарослых прыродай ускладзена місія абароны свайго дзіцяці. Трэба прышчапляць дзецям навыкі паводзін у сітуацыях, багатых атрыманнем траўмаў. Вялікую небяспеку ўяўляюць адкрытыя вокны. Маляняты не павінны заставацца адны ў пакоі з адкрытым акном. Ёсць вызначаная катэгорыя дзяцей, якія баяцца вышыні, але ёсць дзеці, у якіх інстынкт самазахавання як бы прытуплены, і яны здольныя на некаторыя неабдуманыя ўчынкі. Для старэйшага дзіцяці павінна быць абсалютным законам, што выглядаючы ў акно нельга падстаўляць пад ногі крэсла ці іншае прыстасаванне. Вельмі важна, каб дзіця ўсведамляла магчымыя наступствы сваіх паводзін і ў гэтым яму можаце дапамагчы вы, бацькі.

Не гледзячы на тое, што тэма бяспекі вокнаў не раз паднімалася ў прэсе, на тэлебачанні, на інтэрнэт-пляцоўках, многія бацькі лічаць, што з іх дзіцем такога проста не можа здарыцца. Цвёрдая ўпэўненасць, што для абароны дзіцяці досыць строгай забароны, прынесла нямала гора. Аднак менавіта забароны працягваюць быць адным з самых распаўсюджаных спосабаў "абароны" маляняці. А тым часам, у бальніцу, кожнае лета дастаўляюцца дзясяткі дзяцей, якія зваліліся з акна, чый узрост вар'іруецца ад паўтара да дзесяці гадоў. Гэта значыць, вялікая частка пацярпелых дзяцей разумее небяспеку, якая ім пагражае, але ўсё адно парушаюць бацькоўскія забароны.

Паколькі на свядомасць дзіцяці разлічваць не варта, бацькам неабходна прыняць дадатковыя крокі для дзіцячай бяспекі.

1. Не давярайце антымаскітным сеткам.

2.Калі ёсць магчымасць выбару, стаўце вокны, створкі якіх адкрываюцца ў нахіленае становішча (вертыкальнае ці "зімовае" ветране). зазор.

3. Не карыстайцеся ахоўнымі сродкамі для вокнаў, якія можаце адкрыць з лёгкасцю.

4. Зніміце з вокнаў звычайныя ручкі і заменіце іх на ручкі з замком.

**Бяспека пры зносінах з жывёламі.**

Дзецям трэба прышчапляць не толькі каханне да жывёл, але і павагу да іх спосабу жыцця.

Неабходна растлумачыць дзецям, што можна рабіць і чаго нельга дапушчаць пры кантактах з жывёламі. Напрыклад, можна карміць бяздомных сабак і катоў, але нельга іх чапаць і браць на рукі. Нельга падыходзіць да незнаёмых сабак, турбаваць іх падчас сну, ежы, адбіраць то, у што гуляюць сабакі. Нагадвайце дзецям, што і ад катоў, і ад сабак перадаюцца людзям хваробы - лішаі, кароста, шаленства. Пасля таго, як пагладзіў жывёлу, абавязкова трэба вымыць рукі з мылам.

Калі ўкусіў сабака ці кот, адразу ж трэба сказаць пра гэта бацькам, каб яны неадкладна адвялі да лекара.

Таксама, дзецям неабходна даць веды пра насякомых, і нагадваць ім пра тое, што нават карысныя насякомыя (пчолы, мурашкі) могуць прычыніць шкоду.

**Перагрэў (цеплавы ўдар), сонечны ўдар, сонечныя апёкі**

Яшчэ адна небяспека лета крыецца ў яго галоўных плюсах: цяпло і багацце сонца. У выніку, менавіта ўлетку часта здараюцца цеплавыя і сонечныя ўдары, а гэтак жа сонечныя апёкі.

Цеплавы ўдар - самы, мабыць, каварны. У адрозненне ад сонечнага, ён можа здарыцца і ў пахмурнае, але гарачае надвор'е. Сімптомы могуць вар'іравацца ад моцнага галаўнога болю і млоснасці да слабасці і дрымотнасці, вельмі часта яго прымаюць за пачатак якога-небудзь прастуднага захворвання ці атручвання.

Каб прадухіліць цеплавы ўдар, першым чынам, імкніцеся ў гарачае надвор'е пазбягаць душных і гарачых памяшканняў, грамадскага транспарта. Самы гарачы час дня лепш правесці дома, а гуляць раніцай і ўвечар. Апранайце дзіця ў лёгкае, светлае баваўнянае адзенне. Давайце як мага больш вадкасці, аддавайце перавагу вадкай ежы. Заўсёды трымаеце напагатове бутэльку з вадой. Пры малых прыкметах нядужання ці скаргах на духату - дайце дзіцяці напіцца. Пазбягайце салодкіх напояў (газаванай вады, сокаў і г.д.) - яны не сталяюць смагу належным чынам. Імкніцеся карміць дзіця ў спякоту лёгкай ежай, пазбягайце тлустых страў - яны павялічваюць верагоднасць перагрэву арганізма.

Калі ўсёткі гэта здарылася, тэрмінова перамесціце дзіця ў цень. Пакладзіце на галаву халодны кампрэс. Зніміце з дзіцяці ўсё лішняе адзенне. Калі ёсць прыкметы згубы свядомасці, дайце панюхаць ватку, змочаную нашатырным спіртам. Паспрабуйце стварыць прыток свежага паветра, абмахваючы дзіця любым прадметам, які можна выкарыстоўваць як махала.

Звяжыцеся з хуткай дапамогай, апішыце сімптомы. У большасці выпадкаў пералічаных мер павінна быць досыць, але пры цяжкім цеплавым удары можа спатрэбіцца шпіталізацыя.

Сонечны ўдар здараецца радзей, толькі ў яркае сонечнае надвор'е. Але наступствы яго небяспечней. Калі цеплавы ўдар з'яўляецца проста наступствам перагрэву, то сонечны ўдар - гэта парушэнне працы цэнтральнай нервовай сістэмы з-за перагрэву галавы. Сімптомы яго больш выразныя і зразумелыя, чым у цеплавога: агульная слабасць, галаўны боль, павышаная тэмпература, млоснасць, пачашчаны пульс, у асобных выпадках насавы крывацёк і непрытомнасці.

Прадухіліць сонечны ўдар досыць проста. Пазбягайце прагулак у самы гарачы і сонечны час сутак (з 11 да 15 гадзін). Сачыце, каб у гарачае сонечнае надвор'е дзіця заўсёды знаходзіўся на вуліцы толькі ў галаўным уборы. Апранайце дзіця строга па надвор'і, пазбягайце сінтэтычных тканін. Паклапаціцеся, каб дзіця атрымлівала досыць несалодкага пітва.

Калі дзіця ўсёткі атрымала сонечны ўдар, меры першай дапамогі ў гэтым выпадку павінны быць такія ж, як і пры цеплавым.

Сонечныя апёкі. Дзіцячая скура часцей, чым скура дарослага, схільная ўздзеянню сонечных прамянёў. Таму дзіця часцей схільнае да сонечных апёкаў.

Каб прадухіліць сонечны апёк, першым чынам, трэба паспрабаваць не падвяргаць скуру дзіцяці прамому ўздзеянню сонечных прамянёў у самы гарачы час дня. Выходзячы на вуліцу, апранайце дзіця па надвор'і. На пляжы абавязкова карыстайцеся сонцаахоўным сродкам. Абнаўляйце крэм кожныя 2-3 гадзіны, пакуль у дзіцяці не з'явіцца ўласны роўны загар. Імкніцеся сачыць, каб дзіця пасля купання выціралася адразу, не бегала з мокрай скурай.

Калі дзіця ўсёткі атрымала сонечны апёк, неадкладна акажыце першую дапамогу. Адвядзіце дзіця ў цень, агледзьце апёкі. Проста моцна счырванелую скуру досыць намазаць сродкам пасля загару, і ўжо дома аказаць больш сур'ёзную дапамогу. Скуру, абпаленую да пухіроў, апрацоўвайце як пры тэрмічным апёку.

**Пажарная бяспека**

Пажар можа паўстаць у любым месцы і ў любы час. Таму да яго трэба быць падрыхтаваным. Галоўнае, што трэба запомніць -запалкі і запальніцы служаць для гаспадарчых спраў, але ніяк не для гульні. Нават маленькая іскра можа прывесці да вялікай бяды ў любым месцы, нават на вуліцы. Замацоўвайце з дзецьмі правіла пажарнай бяспекі:

Не гуляць з запалкамі, не разводзіць вогнішчы!

Не ўключаць электрапрыборы, калі дарослых няма дома!

Не адкрываць дзверцы печкі!

Нельга кідаць у агонь пустыя слоічкі і флаконы ад бытавых хімічных рэчываў, асабліва аэразолі!

Не гуляць з бензінам і іншымі гаручымі рэчывамі!

Ніколі не хавацца пры пажары, ні пад ложак, ні ў шафу!

Пры пажары тэлефанаваць 01, 112 (назваць свой адрас, тэлефон, прозвішча і расказаць што гарыць)!

Не гуляць з агнём!

Паважаныя бацькі!

Мы спадзяемся, што дадзены матэрыял дапаможа вам сфарміраваць і замацаваць у сваіх дзяцей досвед бяспечных паводзін, які дапаможа ім прадбачыць небяспекі і па магчымасці пазбягаць іх. Беражыце сваіх дзяцей.

Крыніца: https://www.prodlenka.org/