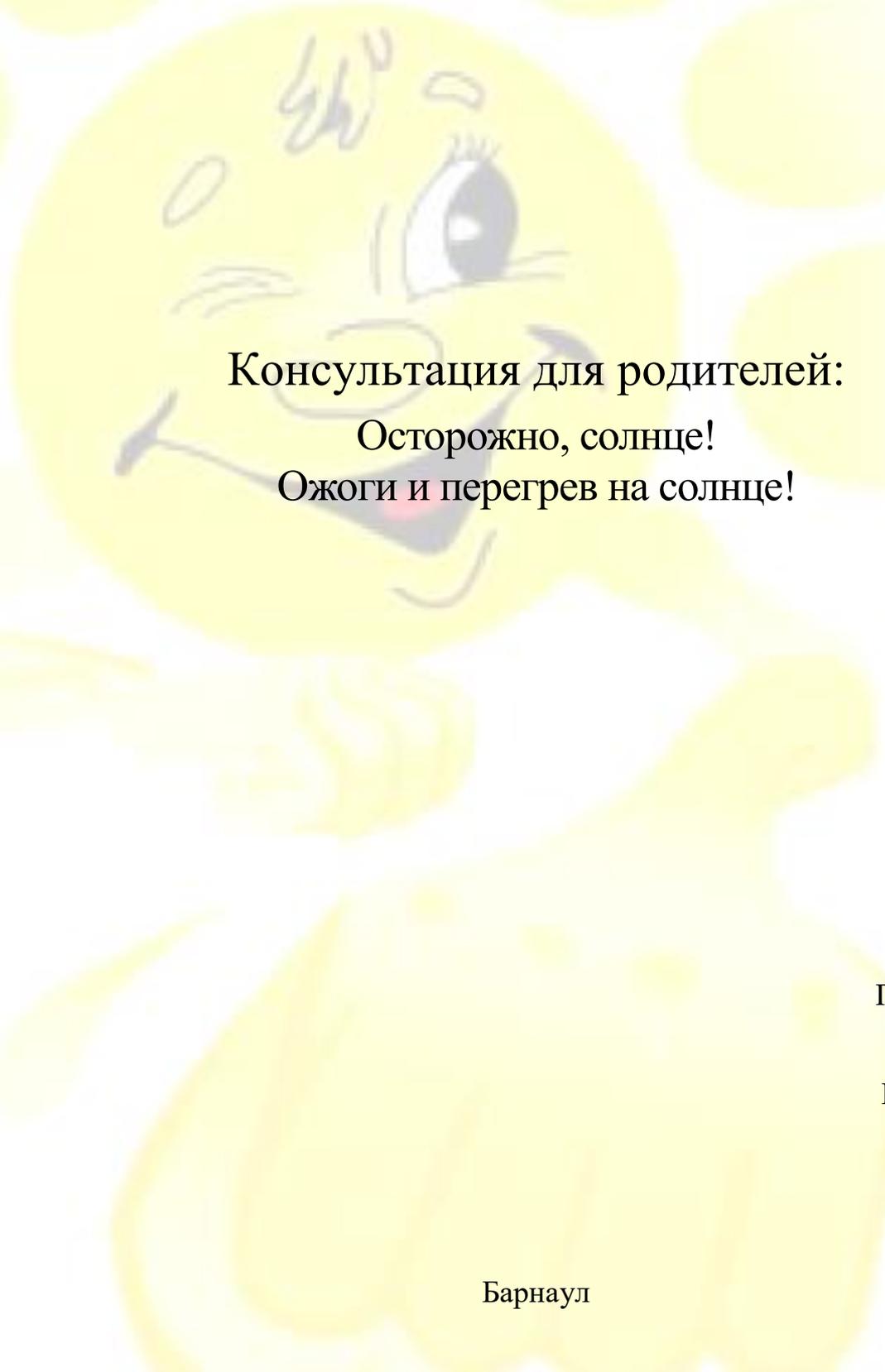


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №248»
(МБДОУ «Детский сад №248»)



Консультация для родителей:

Осторожно, солнце!
Ожоги и перегрев на солнце!

Подготовила:
Воспитатель
Е.С. Иванова

Барнаул

Осторожно, солнце!

Ожоги и перегрев на солнце!

Уважаемые родители напоминаем вам, что чрезмерно длительное пребывание на солнце может привести к перегреву, ожогам, тепловому или солнечному удару — и предупредить такие неприятности проще, чем потом заниматься долгим лечением. К травмам относятся тепловой удар и солнечные ожоги, получаемые ребенком в жаркий день.

Следите, пожалуйста, за тем, как одет ваш ребенок, сколько времени он пробыл под открытым солнцем. Длительность воздушно - солнечных процедур должна возрастать постепенно с 3-4 минут до 35-40 минут.

В солнечный день обязателен головной убор.

Что нужно знать ребёнку и взрослому о пребывании на солнце летом:

Максимальная солнечная активность приходится на период с 10.00 до 16.00 в это время лучше поменьше бывать на улице, чтобы не перегреваться;

Если на коже появилось ощущение пощипывания — нужно сразу уходить в тень;

Наносить солнцезащитное средство необходимо за 15 минут до выхода на улицу.

Тепловой и солнечный удары: признаки, первая помощь

Тепловой удар - признаки: вялость, сонливость, головная боль, тошнота, расширение зрачков, при тяжелом течении — рвота, потеря сознания, судороги, повышение температуры тела.

Солнечный удар- признаки: слабость, шум в ушах, повышение температуры, тошнота, рвота, диарея, иногда идёт кровь из носа.

Главное отличие теплового удара от солнечного: тепловой удар можно получить от сильной жары даже в помещении, солнечный удар возможен только от долгого нахождения под прямыми лучами солнца.

Первая помощь при тепловом и солнечном ударе — одинакова:

- переместите ребёнка в тень и вызовите скорую помощь;
- приложите к голове пострадавшего холодный компресс;
- максимально освободите ребёнка от одежды, особенно верхнюю часть тела;
- давайте пить не очень холодную воду небольшими порциями;
- обтирайте открытые участки тела ребёнка влажной тканью;
- если ребёнка тошнит — поверните его на бок.

Ожоги

Симптомы ожогов проявляются после нескольких часов пребывания на солнце: кожа розовеет, появляется зуд на месте ожога, прикосание к повреждённым участкам тела становится болезненным. В тяжелых случаях на коже образуются волдыри, у ребёнка поднимается температура, возможна тошнота, обморок.

Первая помощь ребёнку при солнечных ожогах:

- Если ожоги сопровождаются повышением температуры или потерей сознания — вызывайте скорую помощь;
- Если помощь медиков не требуется — уведите пострадавшего в тень и сделайте прохладный компресс на места ожогов;
- Для лечения используйте специальные средства против ожогов, которые продаются в аптеках.

