

# Консультация для родителей

## «Безопасное лето»

Летние забавы и детская **безопасность**.

Веселое и активное **лето** очень полезно для ребенка! Дети с нетерпением ждут, когда же наступит **лето**, чтобы покататься на своих красивых самокатах, велосипедах, роликах.

Но самое главное **летом соблюдать правила безопасного поведения**. Ведь летние игры и забавы могут быть очень травмоопасными, если не соблюдать правила поведения на улицах **летом!**

Согласно статистике, аварии на велосипеде и падения — одни из основных причин детских травм **летом**. Соблюдайте правила **безопасности** во время летних забав, и пусть здоровье ребёнка от активной деятельности только укрепляется!

Травмы, раны, ушибы.... Расскажите ребёнку, какие правила нужно соблюдать при летней активности,

### **Чтобы свести риск травм к минимуму:**

- при катании на велосипеде, самокате, роликах **необходимо защитить уязвимые места**: надевать шлем, наколенники, налокотники - детские хирурги утверждают, что большинство травм удалось бы избежать, если бы дети были соответствующим образом экипированы;
- ролики, велосипед или самокат должны подходить ребёнку по размеру: велосипед не должен быть низким или слишком высоким, ролики должны плотно фиксировать ногу, но не пережимать её;
- электросамокат — опасный транспорт: он развивает большую скорость, плохо виден автомобилистам и мешает пешеходам на тротуарах, поэтому лучше предпочесть электросамокату обычный самокат;

• упасть во время катания может любой — и учиться падать нужно правильно:

сгруппироваться, свернувшись калачиком, не выставляя руки вперёд.

### **Первая помощь при получении ран:**

• чистыми руками, желательно в стерильных перчатках, удалите грязь вокруг

ссадины,

• обработайте повреждённую кожу зелёной или йодом;

• если кровотечение остановить не удастся — вызывайте скорую помощь.

### **Первая помощь при ушибах:**

• приложите к ушибленному месту холод: лёд, замороженные продукты;

если ребёнок жалуется на сильную боль — можно дать ему детское обезболивающее;

• если боль не проходит или даже усиливается — обратитесь к врачу. Неопытному человеку трудно оценить серьёзность травмы, и если ребёнок упал с большой высоты - лучше показать ушиб медику, даже если жалоб на

сильную боль нет, чтобы исключить возможный перелом.

