

АЗБУКА



дачной безопасности



*Дети любят лето —
можно часами играть на улице.
Но иногда случаются и неприятности*

Ссадины, царапины — без них в дачной жизни не обходится. Летнее раздолье неотделимо от беготни, прыжков, лихо-го катания на велосипеде или роликах, качелей... Поэтому маме волей-неволей приходится осваивать навыки первой медицинской помощи.



ЧТО ВОЗЬМЕМ С СОБОЙ НА ДАЧУ?

- ✓ Самое главное — **полис медицинского страхования**.
- ✓ Маникюрные ножницы, пинцет, ватные палочки, градусник в футляре (лучше электронный).
- ✓ Перевязочные средства: стерильный бинт, марлевые салфетки, гигроскопическая вата (в запаянной упаковке), бактерицидный пластырь (лучше разных размеров), раствор бриллиантового зеленого, спиртовой раствор йода или его водный аналог полийодин, перекись водорода (хранить обязательно в темном месте!).
- ✓ Средства от ожогов, антисептик для мелких царапин: пантенол, бальзам «Спасатель».
- ✓ Глазные капли: раствор альбуцида.
- ✓ Лекарства от повышенной температуры: таблетки или сироп парацетамола. Проследите, чтобы лекарства имели достаточный срок годности и к ним была аннотация, в таких препаратах очень важно не превысить дозу действующего вещества.
- ✓ Лекарства при желудочных проблемах: активированный уголь, смекта, бактисубил, бифиформ.
- ✓ При аллергиях: детские формы кларитина, тавегила.
- ✓ При укусах насекомых: фенистил гель.
- ✓ Также не забудьте прихватить крем от загара, средство от солнечных ожогов и репелленты от кусачих насекомых.

РУКИ-НОГИ ЦЕЛЫ?

Царапины и ссадины как правило, не причиняют малышам особых хлопот. Главное — как следует промыть их водой, можно и с мылом. При сильном загрязнении воспользуйтесь перекисью водорода. Однако, если ребенок оцарапался о ржавый гвоздь, стоит подумать о противостолбнячном указе.

Ушибы.

Сандапки — это не спортивная обувь. И дети, гонясь наперегонки, больше падают, чем бегают. Если кожа не повреждена, приложите к месту травмы минут на пять пакет со льдом. Если малыш категорически возражает против льда, попробуйте холодный компресс и почаще его меняйте. Ушибленную конечность поднимите повыше, чтобы не было отека. На следующий день лед уступает место теплым компрессам. Намочите маленькое полотенце теплой водой и прикладывайте его к синяку на пять минут несколько раз в день.

Однако если малыш ушиб живот при падении с велосипеда, ударился головой, травмировал глаз, а сустав сильно распух и причиняет боль — это повод обратиться к врачу. Облегчить состояние ребенка может и йодная сеточка, которой вы разукрасите пострадавшую конечность.

Растяжения.

Как только произошла неприятность, надо постараться, чтобы ребенок не нагружал больную конечность. Охлаждение и покой — лучшее лечение. Чтобы ограничить подвижность, можно воспользоваться эластичным бинтом, наложить шину из картона или повесить на повязке.

Переломы.

Без рентгена даже врач не всегда определит наличие перелома. Поэтому, если ребенок не может пошевелить рукой из-за сильной боли и покрывается липким потом, если произошла видимая деформация конечности, а отек нарастает буквально на глазах, скорее всего, у ребенка перелом. В этом случае до момента осмотра врача надо приложить к поврежденному месту холод и наложить шину. Она поможет создать покой поврежденной конечности. Накладывая шину, обязательно зафиксируйте и два соседних сустава. Например, при повреждении костей предплечья фиксируются лучезапястный и локтевой суставы. В качестве шины можно использовать сложенный в несколько слоев картон. Оберните его ватой, обмотайте бинтом, чтобы вата не вылезала, — самодельная шина готова. Положите в нее, как в люльку, поврежденную руку и подвесьте на косынке. При повреждении ног трудно найти картон такого размера, поэтому подойдет и кусок фанеры, и небольшая доска.

БРЕВНО В ГЛАЗУ



Совершенно не понятно, как насекомые ухитряются попадать в глаза. Стоит прокатиться вдоль по улице на велосипеде — и готово: глаз болит, покраснел, слезится...

Насекомое можно удалить краешком чистого влажного платка. Если малыш плотно сжимает веки, попробуйте легкими штриховыми движениями прогнать инородное тело от наружного края глаза к внутреннему.

Так же можно удалить из глаза соринку или песчинку. Но если вы подозреваете, что в глаз крохи попала железная или дере-вянная стружка, осколки стекла, никогда не пытайтесь самостоятельно пинцетом либо ваткой удалить эти инородные тела — можно повредить роговицу.

Играя в песочнице, малыш забылся и потер глазик грязной ручкой? Не прошло и пары часов, как глаз покраснел, а кроха жалуется на резь и боль? Скорее всего, у малыша развился конъюнктивит. Несколько раз в день промывайте детские глазки крепко заваренным прохладным чаем, выделите малышу отдельное полотенце для больного глазика и строго следите, чтобы кроха не касался его рукой, иначе инфекция может перейти на другой глаз. Закапывайте несколько раз в день раствор альбуцида, а если через день-два ситуация не улучшится, придется ехать к доктору.

ГОЛОВА - НАШЕ СЛАБОЕ МЕСТО

Шишки.

Не заметил угол стола, упал с дивана — и вот уже на лбу растет красно-лиловая шишка. Самое лучшее — немедленно приложить к ушибленному месту холод (грелку со льдом, мокрую салфетку, отбивную из морозилки или пачку замороженных овощей). Не забудьте обернуть лед в ткань.

Ранения.

Острые палки, камни, бордюры — все может стать причиной ранения головы. При этом, как правило, сразу развивается отек, рана сильно кровоточит — в коже головы очень много поверхностно расположенных сосудов. Самое лучшее — быстро с помощью чистой хлопчатобумажной ткани или бинта прижать края раны, чтобы остановить кровотечение. При сильном кровотечении вероятность попадания инфекции в рану невелика (если, конечно, края ссадины не загрязнены). Если рана глубокая и больше сантиметра, нужно обратиться к доктору — обычно края раны зашивают или соединяют с помощью специальных скрепок. Все остальные раны можно заклеить бактерицидным пластырем.

Сотрясение мозга.

Забраться на дерево — это так интересно! Но иногда занятия верхолазанием заканчиваются печально — ветка под ногой ломается и малыш оказывается на земле. Если после падения ребенок жалуется на тошноту, сонливость, головную боль, вы чувствуете, что малыш ведет себя не так, как обычно, — обязательно вызывайте врача. Если кроха, упав, потерял сознание (пусть даже и на несколько секунд) - немедленно в больницу.

МЕНЯ УКУСИЛИ!

Пчелы и шмели.

Если у ребенка нет аллергии на пчелиный яд, то укус — досадная неприятность. С помощью пин-цета удалите жало, а больное место протрите водкой или одеколоном, перекисью водорода, слабым раствором яблочного уксуса, приложите холод. Лучше всего, если это будет кусочек льда из настоя ромашки или тысячелистника.



При множественных укусах,

по согласованию с врачом, применяют антигистаминные препараты (пипольфен, супрастин) и дают обильное питье.

Если укусил комар,

снять зуд поможет кусочек льда с настоем мяты или не-сколько свежих листиков растения.

Если в прошлом имелся случаи общей аллергической реакции, у малыша летом и весной всегда должна быть при себе краткая памятка с адресом и телефоном, диагнозом и перечнем неотложных мероприятий, которые ему нужно провести при укусе пчелы или осы. Лучше, если эта памятка будет вкупе с антигистаминными препаратами. А уж если ребенок перенес анафилактический шок, связанный с инсектной аллергией, то при нем всегда (!) должен быть адреналин и глюкокортикоидные средства.

ЧТО МЫ СЪЕЛ?

Отравления.

Малыши — неутомимые исследователи. И нет ничего удивительного в том, что они пытаются все попро-бовать на вкус. К счастью, 90% отравлений заканчиваются выздоровлением. Но здесь счет идет на секунды, и прогноз зависит от действий родителей.

Первая помощь:

немедленно позвоните «03», будьте готовы сообщить вес ребенка, возможное отравляющее вещество, симптомы; пальцем, обернутым влажным носовым платком, удалите изо рта малыша остатки ядовитого вещества;

если ребенок без сознания, уложите его на бок таким образом, чтобы при рвоте он не задохнулся;

если кроха в сознании, давайте ему больше пить, лучше чистую воду или несладкий чай. Только не молоко! Оно может привести к тому, что жирорастворимые яды быстрее попадут в кровь;



дайте малышу раскрошенные в воде таблетки активированного угля, он адсорбирует на себя яды, не позволяя им проникать в кровь. Дозировка — грамм угля на килограмм веса ребенка.

КОНЬ-ОГОНЬ

Здорово испечь с друзьями картошку на костре... К сожалению, тепло не всегда бывает добрым. Городские ребята учатся правилам противопожарной безопасности в основном на своем собственном опыте.

Необходимо помнить:

Прежде всего рану надо охладить — для этого направьте на ожог струю холодной проточной воды (из-под крана) или приложите к ней любой холодный предмет. Для этого подойдет даже кусок мяса из морозилки, разумеется обернутый чистой тканью. Охлаждение проводите не более часа.

Наложите стерильную повязку. Не вскрывайте волдыри — вы можете занести инфекцию в рану. Кстати, по этой же причине врачи не рекомендуют обрабатывать ожог мочой, даже детской.

Привычные домашние средства (растительное масло, белок) уменьшают теплоотдачу и «гонят» ожог вглубь.

Отвезите ребенка в больницу.

