



## Детское кресло в автомобиле — это важно!

Часто ДТП приводят к тяжелым травмам. Поэтому особенно важно следовать правилам дорожного движения, если в автомобиле есть маленький пассажир.

### Самые распространенные повреждения у детей, попавших в ДТП:

► черепно-мозговая травма; ► травмы позвоночника; ► травма грудной клетки и живота.

**Помните:** даже короткая поездка и несильный удар головы могут обернуться серьезным заболеванием в будущем для ребенка.

**Важно:** характер травм зависит от силы удара и от того, насколько правильно был пристегнут ребенок в машине в момент аварии.

### Чек-лист для поездки с детьми:

- ✓ ни в коем случае не перевозить ребенка в машине на руках;
- ✓ использовать автокресла и автолюльки;
- ✓ проверить, чтобы ремни были надежно зафиксированы на плечах и не касались шеи;
- ✓ не стесняться в такси просить для ребенка детское кресло;
- ✓ подавать детям пример – пристегивайтесь, соблюдайте правила!



Даже автокресла не гарантируют 100% защиту ребенка при аварии, но снижают риски серьезных травм.



**Будьте осторожны на дорогах и берегите детей!**



## КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ТРАВМЫ?

Часто родители малышей обращаются к врачам из-за бытовых травм: ожогов и ушибов.

Как защитить ребенка, когда он находится дома?

### ОЖОГИ



- не подпускайте детей к горячей плите, пище и утюгу
- откручивайте ручки конфорок
- уберите спички, свечи, зажигалки

### УДУШЬЕ



- присматривайте за детьми во время еды
- не давайте им пищу с маленькими косточками или семечками
- исключите игры с мелкими предметами: они могут попасть и в дыхательные пути, и в желудок

### ПОРЕЗЫ



- спрячьте от детей стеклянные бутылки и вазы
- убирайте ножи, лезвия и ножницы в недоступные места

### ПАДЕНИЯ



- не разрешайте детям залезать на тумбы и подоконники
- установите ограждения на ступеньках и балконах
- поставьте на окна специальный замок или откройте ручки

### ОТРАВЛЕНИЕ



- спрячьте ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее
- не давайте ребенку лекарства, предназначенные для взрослых

### ЭЛЕКТРИЧЕСТВО



- закрывайте розетки
- изолируйте электрические провода

**Берегите себя и своих детей!**



## Правила поведения при ушибах

Зима — время экстремального спорта. Поездка на сноуборде, лыжах и коньках — это не только веселое, но и опасное развлечение. Что делать при ушибах во время катания?

### ОБЩИЕ ПРАВИЛА:

- позовите врачей или инструкторов
- защитите пострадавшего от случайного наезда
- проверьте, может ли человек самостоятельно идти
- не пытайтесь самостоятельно нести пострадавшего
- ни в коем случае не давайте ему алкоголь и обезболивающее



### ПРИ УШИБЕ КОНЕЧНОСТЕЙ:

- поднимите травмированную руку или ногу выше уровня тела
- приложите к опухшему участку снег
- если отек не уменьшается — это перелом. Срочно обратитесь к врачу

### ПРИ УШИБЕ ГОЛОВЫ:

- уложите пострадавшего так, чтобы голова была выше ног
- не трогайте пациента до приезда врачей
- не давайте травмированному человеку пить много воды

**Травму легче предотвратить, чем вылечить.  
Катайтесь аккуратно!**

# ОПАСАЙТЕСЬ ВЕСЕННЕГО ЛЬДА, ДАЖЕ ЕСЛИ ОН КАЖЕТСЯ КРЕПКИМ!

## ОСОБЕННО РИСКОВАННО:



скатываться на лед на санках и лыжах



топать ногой, проверяя на прочность



подходить: к устьям рек, местам быстрого течения, ключам



и *особенно* — в темное время

## ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА ПО ЦВЕТУ:



**прочный**



**низкая прочность**



**крайне опасен**

\*серый, матово-белый, желтоватый

**Если температура воздуха выше 0°, то прочность льда снижается вдвое!**

Он ломается резко — вы не успеете услышать предупреждающее потрескивание.

## ЕСЛИ РЕБЕНОК ПОПАЛ В ВОДУ:

- 1 Свяжите воедино шарфы, ремни или одежду.
- 2 Широко расставьте руки и ноги и ползите к ребенку;
- 3 Остановитесь в нескольких метрах, бросьте край одежды;
- 4 Вытащите ребенка на лед — ползите в ту сторону, откуда пришли!
- 5 Снимите с него одежду, согревайте, отпаивайте чаем.



В случае беды звоните по номеру **112**.

# Безопасность дома: что делать, чтобы ребенок не выпал из окна?

Несчастные случаи выпадения детей из окон участились. Как защитить своего ребенка? Мы составили чек-лист!

- ❗ Не оставляйте малолетних детей без присмотра даже ненадолго.
- ❗ Установите на окна специальные замки и фиксаторы.
- ❗ Не ставьте ребенка на подоконник, не позволяйте ему самостоятельно на него забираться.
- ❗ Крепко держите ребенка, если находитесь с ним около открытого окна.
- ❗ Не ставьте возле окон предметы мебели — они могут послужить «ступеньками».



- ❗ Никогда не рассчитывайте на москитные сетки — они не выдержат веса даже самого маленького ребенка.

**Телефон для помощи: 112.**

**Надеемся на вашу сознательность!**



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

# ЛЕТНИЕ ОПАСНОСТИ: КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ТРАВМ?

Традиционно летом дети чаще получают травмы. Как этого избежать?

## 1 ОПАСНОСТИ ДОМА

Следить за детьми нужно даже дома, ведь случайно травмироваться или отравиться очень легко.

### Открытые окна

- ◆ поставьте на окна блокираторы
- ◆ используйте вертикальный режим проветривания
- ◆ не надейтесь на москитную сетку — она не выдержит вес ребенка



### Аптечки на замке

- ◆ уберите в недоступные места все лекарства и бытовую химию



## КАК УБЕРЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ТЕПЛОВОГО УДАРА?

Лето — лучшее время для прогулок с детьми. Но многие родители забывают об особенностях организма малышей. На солнце они перегреваются гораздо быстрее, чем взрослые. Чтобы поход на улицу не закончился тепловым ударом, следуйте этим простым правилам:

### ДАВАЙТЕ БОЛЬШЕ ВОДЫ

Предлагайте ребенку время от времени пить воду. Она поможет охладиться. В жаркие дни старайтесь чаще купать малыша.



### ОДЕВАЙТЕ РЕБЕНКА ЛЕГКО

Дети легче переносят небольшой холод, чем жару. Выберите свободную одежду из светлых тканей и легкий головной убор.

### ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ

#### ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ

При первых признаках перегрева вызовите врача. Пока он едет, постарайтесь охладить малыша и давайте ему пить воду небольшими глотками.



### НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ РЕБЕНКА В МАШИНЕ

Запирать малыша одного в автомобиле категорически запрещено. Температура в салоне повышается очень быстро, даже с открытыми окнами.



## СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА:

Слабость

Головокружение

Тошнота

Рвота

Учащенное  
дыхание

Горячая  
на ощупь кожа

**Берегите себя и своих детей!**

# ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ УКУСЕ ЗМЕИ



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Начался летний сезон, и многие жители Подмосковья отправляются на природу. Дачников и любителей походов в лес может подстерегать серьезная опасность — змеи.

## Как избежать укуса?



Надевайте плотную одежду и ботинки из кожи или резины. Змея не сможет их прокусить.



Вооружитесь длинной палкой и шевелите ей высокую траву, кусты, прежде чем в них зайти.



Если вы оказались рядом со змеей, замрите и дайте ей уползти.

## Что делать, если вас укусила змея:



срочно вызвать скорую помощь



зафиксировать пораженную конечность, лечь и не двигаться



пить больше воды, чтобы уменьшить концентрацию попавших в кровь токсинов

## Что делать нельзя:

прижигать место укуса



высасывать яд



делать разрезы и насечки вокруг раны



пытаться «нейтрализовать» токсин алкоголем



**Будьте внимательны во время отдыха на природе! Берегите себя!**