



# «РАСТИШКА»



## Май

*Подарок весенний с собой я несу -  
Тюльпаны на клумбах  
И ландыш в лесу.  
И буйство сирени,  
И яблонь метель!  
Вам в лето открою широкую дверь,  
Деревья одену листвой молодой,  
И травы раскину зеленой волной.  
Я шумные грозы с собой прихвачу,  
Луга одуванчиками позолочу.  
Теплом я наполню леса и поля  
Вы только дождитесь, дождитесь меня.*

А. Фомина

## Календарь праздников на май:

**1 мая Праздник весны и труда**

**3 мая Всемирный день Солнца**

**7 мая День радио**

**9 мая День Победы**

**15 мая Международный день семей**

**18 мая Ночь музеев**

**24 мая День славянской письменности и культуры**



# «ВОСПИТЫВАЕМ ВМЕСТЕ»

Воспитатель – Крохина Людмила  
Николаевна



1 мая во многих странах мира отмечается международный праздник - День труда, который изначально носил название *День международной солидарности трудящихся*.

1 мая 1886 года американские рабочие организовали забастовку, выдвинув требование 8-часового рабочего дня. Забастовка и сопутствующая демонстрация закончились кровопролитным столкновением с полицией. В июле 1889 года Парижский конгресс II Интернационала в память о выступлении рабочих Чикаго принял решение о проведении 1 мая ежегодных демонстраций.

Впервые День международной солидарности трудящихся был отмечен в 1890 году в Австро-Венгрии, Бельгии, Германии, Дании, Испании, Италии, США, Норвегии, Франции, Швеции и некоторых других странах. Сегодня этот праздник отмечается в 142 странах и территориях мира.

В Российской империи. Первое мая как День международной солидарности трудящихся впервые отметили в 1890 году в Варшаве. После Октябрьской революции 1917 года праздник стал официальным. В СССР первоначально он назывался «*День Интернационала*» позднее он стал называться «*День международной солидарности трудящихся — Первое Мая*» и отмечаться 1 и 2 мая. Кстати, в некоторых странах День труда отмечается в иное время - к ним относятся, например, США и Япония. Более чем в 80 государствах (включая Индию) День труда не отмечается.

1 мая в Советском Союзе был нерабочим днём с 1918 года согласно Кодексу законов о труде. 1 мая 1990 года последний раз состоялась официальная Первомайская демонстрация. В 1992 году праздник был переименован в «*Праздник весны и труда*».

«День труда» - яркий весенний праздник, когда организуются народные гуляния, выступления артистов, ярмарки, мирные шествия и множество увеселительных мероприятий. А для кого-то это просто еще один выходной, в течение которого можно просто отдохнуть или провести время с семьей.

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!!!**

**Поздравляем с Первомаем,  
Счастья, радости, добра.  
Пусть заветные желания  
Исполняются всегда!**





# «ПРИКОСНОВЕНИЕ К ДУШЕ»



Психолог – *Игнатова Екатерина Олеговна*

## С Днем Победы!!!

Это главный праздник в году. Если бы не смелость и самоотверженность наших бабушек и дедушек, а для многих уже прабабушек и прадедушек, то мы бы не видели чистого неба над головой.

Об этом с каждым поколением уже забывается.

Мы не должны допустить того, чтобы наши дети не знали о войне и ее героях.

Нашим детям надо рассказать о празднике, о войне, о сражениях. И чем ребенок старше, тем подробнее можно с ним беседовать на эту тему.

Дети должны знать и ценить то, что мы сейчас живем в мире, без войны. И это благодаря людям, которые избавили нас от фашистов.

День Победы – это «радость со слезами на глазах». И это так. Когда видишь на празднике ветеранов, идущих на мемориал Славы, несущих цветы, то действительно выступают слезы. Ветеранов осталось очень мало. Давайте расскажем детям о празднике, пусть у них в сердцах живет благодарность к людям, которые сделали все, чтобы мы жили под чистым небом и радовались жизни.

Как можно больше говорите с ребенком о празднике. Покажите им атрибуты праздника. *Это георгиевская лента, праздничный салют и знамя победы.*

**Георгиевская ленточка** — символ героизма, мужества и отваги. Впервые ленточки раздали в 2005 году. С тех пор накануне праздника их бесплатно распространяют в общественных местах, магазинах, учебных учреждениях. Каждый участник с гордостью носит на груди полосатую ленточку, отдавая дань памяти погибшим за Победу и мир на земле.

**Праздничный салют и знамя** сопровождали праздник с самого начала, в мае 1945 года.

С детками можно нарисовать салют, цветы. И показать настоящий салют.

Детям маленьким не обязательно говорить о смерти во время войны. Малышам можно показать военную технику: танки, военные машины, самолеты. Есть много игрушек, в которые можно поиграть с мальчиками. Они любят такие игры. Надо учить их быть смелыми, храбрыми, ведь они – наши будущие защитники.

Детям, которые постарше, можно прочитать **книги о войне**, о маленьких героях-пионерах и комсомольцах, которые защищали нашу Родину. Есть много рассказов о партизанах, разведчиках. Почитайте вместе с детьми книги В. Катаева «Сын полка», Е. Ильиной «Четвертая высота», А. Фадеева «Сашко», К. Паустовского «Стальное колечко». Посмотрите фильмы, выучите стихи ко Дню Победы. А также вместе послушайте **военные песни**. Можно сходить на экскурсию в музей, где опытный специалист расскажет детям о местных героях, покажет интересные материалы о войне. Это для детей будет и полезно и познавательно. Ведь знать историю родной страны и города, в котором живешь, нужно. Сходите с ребятами на мемориал славы. Возложите цветы. Посмотрите на **Вечный огонь**. Расскажите, что он горит постоянно. Вечный огонь-это память о погибших. Постоите с ребенком, помолчите.

Подойдите во время праздника к ветеранам и подарите им цветы, сирень, гвоздики, тюльпаны. Как им будет приятно! Как мало осталось ветеранов. Им очень нужна забота, внимание.

Пусть дети посмотрят, сколько медалей у ветеранов. Они получили их за героизм, за отвагу. За то, что помогли нам жить под мирным небом.

# УКУСЫ НАСЕКОМЫХ - ЗАЩИТА И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Пришло лето – пора отпусков, поездок на дачу и в лес на шашлыки. А так же это пора встреч с комарами, клещами, пчелами, осами и прочей живностью, которая в изобилии водится на природе и часто встречается в городах. И самое неприятное в этих встречах то, что они могут закончиться тем, что нерадивого отдыхающего могут покусать или ужалить. Сами по себе эти укусы-то не так страшны, как страшны, учитывая упорно растущую аллергизацию населения, осложнения в виде крапивницы, отека Квинке или даже анафилактического шока. Так же с укусом можно получить “подарочек” в виде возбудителя какого-нибудь заболевания.

## УКУСЫ КОМАРОВ

Обезопасит от укусов комаров ношение закрытой одежды в сочетании с использованием репеллентов. Если ночуете в палатке, то окна и входы должны закрываться москитной сеткой, которую тоже можно обработать репеллентами. Сами укусы доставляют неприятности своим зудом, от которого спасает протирание одеколоном, раствором соды или использование мазей типа “Спасатель”.



## УКУСЫ ПЧЕЛ, ОС, ШМЕЛЕЙ, ШЕРШНЕЙ

Для того чтобы вас укусила оса вовсе не обязательно играть в футбол на поляне осиным гнездом, а достаточно пройтись по продуктовым рядам на рынке или подойти к палатке со сладостями. Поэтому если у вас аллергия на их укусы, то имеет смысл держать при себе антигистаминный препарат даже при походе в магазин. При укусе пчелы в ране остается жало, которое нужно аккуратно удалить пинцетом. Если вы его сломаете, то наличие отломка жала в ране приведет к нагнаиванию, и ранка будет заживать много дольше. После этого к месту укуса надо приложить холод для снижения неприятных ощущений и уменьшения отека. Если вы аллергик, то стоит принять антигистаминный препарат – дозировка при укусах часто указана в инструкции к препарату. В случае нарушения сознания, появления одышки, судорог, рвоты, повышении температуры необходимо срочно обратиться за медицинской помощью. Так же надо обратиться к врачу при укусах корня языка, зева, так как в результате отека возможно развитие удушья.



## УКУСЫ КЛЕЩЕЙ

Укусы клещей опасны переносом таких опасных инфекционных заболеваний, как конго-крымская геморрагическая лихорадка, клещевой вирусный энцефалит, клещевой боррелиоз. Поэтому если после укуса в течение нескольких дней у вас появились боли в мышцах, суставах, головные боли, лихорадка, обширные покраснения кожи, то необходимо срочно обратиться к врачу. Кстати, против клещевого вирусного энцефалита проводится вакцинация. Вопреки распространенному мнению, клещи обитают не на ветках деревьев, а в траве вдоль тропинок и опушек. Зацепившись за одежду, они вскарабкиваются до шеи и головы, где и присасываются. При укусе клеща рекомендуется не вытаскивать его самому, а сразу же обратиться в медицинское учреждение, где его удалят целиком. Если такой возможности нет, то удалять его надо очень осторожно, чтобы не раздавить и не разорвать. Смазывать клеща чем-либо так же не рекомендуется, так как в этом случае клещ может “опорожниться” в рану, что может грозить серьезными осложнениями. После успешного удаления все равно стоит показаться к врачу-инфекционисту, причем хорошо, если с самим “виновником”, предварительно посаженным в герметичный флакон. Уберечь от укусов клещей помогут закрытая одежда и использование специальных репеллентов.



# Тепловой и солнечный удары

**ТЕПЛОВОЙ УДАР.** Остроразвивающееся болезненное состояние, обусловленное перегреванием организма в результате длительного воздействия высокой температуры внешней среды. Особенно подвержены перегреванию лица, страдающие сердечно-сосудистыми заболеваниями, атеросклерозом, гипертонической болезнью, пороками сердца, ожирением, эндокринными расстройствами, вегето-сосудистой дистонией.

**Симптомы перегревания усугубляются при повышении влажности окружающей среды.**

## **СИМПТОМЫ**

**Легкая степень:** общая слабость; головная боль; тошнота; учащения пульса и дыхания; расширение зрачков.

**При средней степени:** резкая адинамия; сильная головная боль с тошнотой и рвотой; оглушенность; неуверенность движений; шаткая походка; временами обморочные состояния; учащение пульса и дыхания; повышение температуры тела до 39-40°C.

**Тяжелая форма** теплового удара развивается внезапно. Лицо гиперемировано, позже бледно-цианотичное. Наблюдаются случаи изменения сознания от легкой степени до комы, судорог, бред, галлюцинации, повышение температура тела до 41-42°C, случаи внезапной смерти. Летальность 20 - 30%.

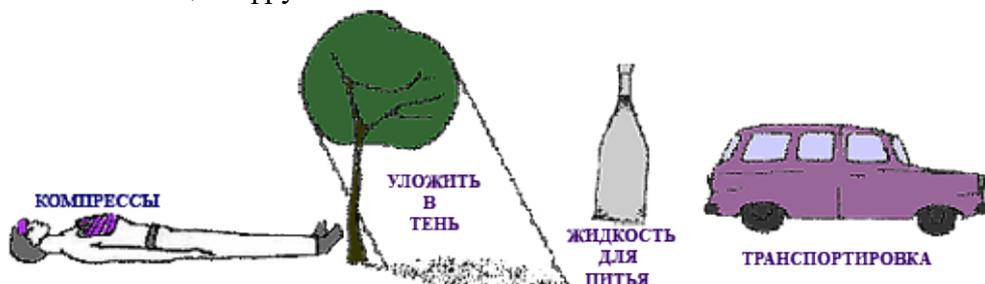
## **ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ**

**СРОЧНО!** Устранить тепловое воздействие;

- удалить пострадавшего из зоны перегревания;
- уложить на открытой площадке в тени;
- вдыхание паров нашатырного спирта с ватки;
- освободить от верхней одежды;
- смачивание лица холодной водой, похлопывание по груди мокрым полотенцем;
- положить на голову пузырь с холодной водой;
- частое опаживание;
- вызвать бригаду скорой помощи.

## **ПРОФИЛАКТИКА**

- В жаркие дни при большой влажности желателен выход на открытый воздух до 10-11 часов дня, позже возможно пребывание в зеленой зоне в тени деревьев.
- Выход из помещения только в головном уборе.
- Целесообразно основной прием пищи перенести на вечерние часы.
- Вместо воды можно пользоваться подкисленным или подслащенным чаем, рисовым или вишневым отваром, хлебным квасом (до 1,5-2 литров).
- Ограничение жирной и белковой пищи.
- Запрещение спиртных напитков.
- Одежда должна быть легкой, свободной, из хлопчатобумажных тканей, для постоянного испарения пота.
- Нецелесообразно чрезмерное употребление косметических средств и кремов как препятствующих нормальному функционированию кожных покровов.
- Ограничить лишние физические нагрузки (соревнования, длительные переходы).
- Исключить эмоциональное напряжение.
- В питании – овощи и фрукты.



# Отдых с ребенком летом

Лето прекрасное время года. Долгожданный отдых - это заслуженная награда за долгие дни работы, быта, заботы. Семейный отдых – это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребенку. Для ребенка – это долгожданное событие, которое он тоже ждал весь год. Чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать **некоторые правила:**

- Если вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.
- Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя по миру, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления.
- Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год.
- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.
- Следите за питанием ребенка. Мороженое, газировка, фаст-фуд не принесет здоровья вашему ребенку.
- Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребенка.
- Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).
- Собираясь на отдых с компанией, старайтесь брать людей своего круга, которые разделяют ваши интересы, со схожими материальными уровнями. Оптимально ехать на отдых со схожим составом семьи. Одинаковые заботы, одинаковые проблемы, взаимопомощь, уход за детьми.

**Помните:**

**Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!**

**Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!**

**Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!**

**Экзотика – это хорошо. Заморские инфекции – опасно!**

Впереди у вас три месяца летнего отдыха. Желаем вам интересного лета, хорошего настроения, здоровья!

Проводите больше времени на открытом воздухе в **ПОДВИЖНЫХ ИГРАХ**. Отправляясь на отдых с детьми за город, с компанией, не забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры, это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на что хватит выдумки. Подвижные игры с предметами (с массажным мячом, скакалками, обручем, другим сезонным спортивным инвентарём) соревнования, эстафеты будут способствовать развитию двигательной сферы ребёнка, а именно объёма, силы, переключаемости движений, хорошей координации и моторной реакции, научат формировать стратегию поведения, особенно игры с правилами.

## **ИГРЫ С МЯЧОМ**

«Съедобное – несъедобное» - игроки стоятся в ряд, ведущий кидает мяч по очереди каждому из игроков, при этом произносит какое-нибудь слово. Если слово «съедобное», игрок должен поймать мяч, если «несъедобное» - оттолкнуть. Если игрок ошибается, то он меняется местами с ведущим.

«Назови животное (города, имена, фрукты, овощи и т. д.)» - игроки встают по кругу и начинают передавать мяч друг другу, называя слово. Игрок, который не может быстро назвать слово, выбывает из игры.

«Догони мяч» - игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

# Лето - время для закаливания

Основные закаливающие способы доступны всем — это солнце, воздух и вода.

## **Правила закаливания детей:**

- закаливающие процедуры необходимо проводить систематически;
- сочетайте их с физическими упражнениями и массажем;
- увеличивайте время проведения процедуры постепенно, начиная от нескольких минут;
- одежда и обувь ребенка должны соответствовать температуре воздуха, быть из натуральных материалов;
- лучше всего проводить закаливающие процедуры в форме игры и развлечения.

## **Самый простой способ закаливания - воздушные ванны:**

- летом прогулки должны составлять минимум 3—4 часа утром и вечером;
- выходя на прогулку, не слишком укутывайте ребенка;
- очень полезны прогулки после грозы, когда воздух насыщен озоном;
- детская комната должна регулярно проветриваться в отсутствие ребенка.

**Солнечные ванны** — это не лежание на пляже.

Простая прогулка в солнечный день сможет насытить организм витамином D.

## **Правила солнечного закаливания:**

- ребенку не рекомендуется проводить на солнце больше двух часов подряд. За 20 минут до того как вы собираетесь выходить на улицу, нанесите солнцезащитный крем;
- самое подходящее время — от 8 до 10 часов утра и после 17 часов вечера, после полуденного солнца следует избегать;
- во время прогулок обязательно надевайте легкие головные уборы для предотвращения перегрева и солнечного удара.

Наиболее эффективным способом укрепления иммунитета детей дошкольного возраста считается закаливание водой.

## **Процедуры водного закаливания:**

- умывание прохладной водой;
- гигиенические ванны с водой, по температуре приблизительно равной температуре тела человека;
- ванны для ног, обливание ног;
- общее обливание;
- контрастный душ;
- купание в открытых водоемах.

Начинать купаться в природных водоемах ребенку можно в тихую погоду без ветра, при температуре воздуха не ниже +25° и воды +23°. Лучшее время для начала купания — около полудня, когда прогреваются и вода и воздух, а контраст в температурах минимальный. Очень важна последовательная подготовка ребенка. Сначала — обтирание мокрым полотенцем, затем умывание прохладной водой, летний душ, а потом уже купание.

Если ребенок перекупался, его знобит, нужно быстро и энергично растереть ему тело мягким махровым полотенцем и дать выпить теплого чая.

Нужно серьезно отнестись к выбору водоемов для купания, поскольку многие из них могут оказаться очагами инфекции. Специалисты рекомендуют море, дикие чистые озера или реки. Беспроигрышный вариант — обзавестись дачным бассейном. Начинать посещать городской бассейн тоже лучше всего летом, чтобы к осени малыш имел возможность адаптироваться.

Эффективным для укрепления здоровья может быть и **массаж стоп**. Отличная закаливающая процедура — ходьба босиком по песку, гальке, дорожке или траве. Неровная поверхность будет воздействовать на множество нервных окончаний, что положительно повлияет на состояние различных органов и систем, прежде всего верхних дыхательных путей, защитит от плоскостопия. Не запрещайте ребенку получать этот естественный массаж, просто предварительно убедитесь в том, что нет осколков или других предметов, о которые можно пораниться. Специальная дорожка, предназначенная для массажа стоп, будет хорошим решением.

# Лето - время разгула кишечных инфекций

Обилие овощей и фруктов, да плюс высокая температура на улице, вызывающая ускоренное размножение микроорганизмов и в продуктах, и в воде, да еще полубившиеся многим туры в тропики - все это напрягает ситуацию до предела. Практически все возбудители кишечных инфекций чрезвычайно живучи. И опасность в том, что зараженные микробами продукты не изменяют ни внешнего вида, ни цвета, ни запаха, ни вкуса.

Не так давно появилось такое понятие, как «летний грипп». «Летний грипп» - это энтеровирусная инфекция, которая вызывается энтеровирусами. Опасно оно тем, что может вызвать такое грозное осложнение, как менингит. Этот вирус, как правило, размножается и сохраняется в стоячих водоемах: озерах, бассейнах и т.д. И купаясь там, мы и можем заразиться им.

Причиной возникновения ОКИ могут быть: бактерии (сальмонелла, стафилококки и др.); вирусы (ротавирус, энтеровирусы и др.); простейшие (лямблии, амебы, бластоцисты).

## Пути заражения:

«грязные руки», недостаточно промытые овощи, фрукты, несвежие или недостаточно термически обработанные продукты, купание (с попаданием в рот воды), а ротавирус и другие вирусы передаются так называемым «воздушно-капельным путем», то есть при общении или случайном контакте с больным или носителем.

## Симптомы кишечных инфекций:

вялость, повышенная температура, отсутствие аппетита, головная боль, непереносимость яркого света, рвота, диарея, боли в животе.

Проблема еще и в том, что за этими симптомами могут прятаться и другие заболевания, такие как, например, аппендицит, которые требуют немедленного обращения к врачу. Поэтому не стоит заниматься самолечением, лучше обратиться за медицинской помощью. Останавливать рвоту и понос нельзя, так как это защитные реакции организма, направленные на удаление возбудителя инфекции. Надо просто возмещать потерянную жидкость

## Доврачебная помощь:

необходимо сбить температуру, если она выше 38,5 градусов. необходимо правильное выпаивание ребенка, чтобы не допустить обезвоживания (особенно при наличии рвоты). При выпаивании нужно не просто давать малышу пить, сколько выпьет, а дробно (маленькими порциями, с ложки) поить кипяченой водой или регидроном.

В остром периоде кишечной инфекции желательно как можно раньше начать давать ребенку кишечный антисептик: Фуразолидон или Эрсефурил (Энтерофурил, Нифуроксазид). Возможно применение биопрепаратов, обладающих антимикробным действием: Бактисубтил, Биоспорин, Споробактерин, Энтерол. Одновременно с приемом кишечного антисептика желательно начать прием пробиотика (препарата, содержащего живые бактерии нормальной кишечной флоры): Линекс, Примадофиллюс, Флорадофиллюс, бифидумбактерин и т.п.

При кишечной инфекции **надо исключить** из рациона молоко, свежие соки, фрукты и овощи.

## Профилактика всех кишечных инфекций:

- соблюдайте правила личной гигиены (мойте руки, мойте посуду), где бы вы не находились: на даче, пляже, дома или на работе;
- тщательно мойте овощи и фрукты, желательно кипяченой водой, особенно если они предназначены для маленьких детей;
- приобретая продукт, обратите внимание на условия реализации и сроки годности;
- не приобретайте продукты сомнительного качества, не стесняйтесь спрашивать у продавца сертификат;
- молоко, творог, сметану, приобретенные у частных лиц, подвергайте термической обработке;
- не приобретайте с рук домашний квас, пирожные и другие продукты, которые нельзя подвергнуть термической обработке;
- все скоропортящиеся продукты храните в холодильнике;
- не заглатывайте воду при купании, особенно это касается детей;
- не покупайте разрезанные арбузы и дыни.

# Педикулез, или вшивость

Педикулезом, или вшивостью называют паразитарное заболевание, вызываемое тремя видами кровососущих насекомых – вшей (лобковая, платяная и головная).

Медики выделили основные **причины и места заражения педикулезом:**

- головная вошь передается только через прямой контакт. Заражение происходит исключительно при тесном контакте с больным ребенком. Чаще всего это случается в детском саду, летнем лагере, в школе или любом детском коллективе.
- использование чужих гигиенических принадлежностей (расческа, постельное белье, полотенце), шапка, заколка.
- стрижка в парикмахерской, в которой не соблюдаются нормы санитарии.
- общественная баня.
- транспорт. В час пик наблюдается множество пассажиров, тесно прижатых друг к другу.
- массовые купания в естественных и искусственных водоемах.

**Симптомы детского педикулеза:**

- Зуд. Это самый главный признак, которым проявляется недуг. Изначально у ребенка наблюдается чесание головы в районе висков, затылка, за ушами.
- Сыпь. Симптом проявляется после укусов через несколько дней. На голове появляются красные пятна.
- Экскориации (расчесы). Длительно текущий зуд провоцирует постоянный усиленный зуд. Ребенок расчесывает определенные участки кожи. На этих местах образуются гнойные корочки.
- Наличие гнид. Неопровержимым признаком вшей являются гниды на волосах. Визуально они напоминают маленькие пузырьки серебристого цвета, прикрепленные к волосу. Они немного напоминают перхоть. Но в отличие от перхоти приклеены к волосам и не стряхиваются с поверхности головы.

**Возможные осложнения:**

- инфицирование мест расчеса — стрептодермия, образование гнойников;
- лимфаденит — воспаление лимфоузлов;
- конъюнктивит;
- сыпной тиф; блефарит; сепсис.

**Методы лечения:**

1. химический - обработка головы ребенка кремом, шампунем, аэрозолем, лосьоном от педикулеза. Рекомендуется применять тот препарат, который порекомендует педиатр. Главными критериями вашего выбора должны являться: наличие противопоказаний; допустимый возраст использования выбранного средства от вшей.

2. механический - вычесывание и ручное удаление личинок и насекомых. Процедура проводится при достаточном освещении очень тщательно.

3. комбинированный - предусматривает изначальную химическую обработку эффективным средством от вшей. Затем производится вычесывание и ручная выборка.

**Профилактика педикулеза:**

- прививайте ребенку культуру поведения с рождения. Каждый член семьи должен иметь личные предметы гигиены (полотенце, расческа и т.д.). Головной убор надевать можно только свой.
- после поездки (в санаторий, загородный лагерь) внимательно осматривайте голову на обнаружение педикулеза. В случае выявления принимайте немедленно меры и обезопасьте членов семьи от возможного заражения.
- одежду ребенка, его постельное белье рекомендуется выстирать при температуре, превышающей 60 градусов. Сушить белье лучше под лучами солнца на протяжении 2-3 дней.
- рекомендовано использовать масла, отпугивающие насекомых – розмарин, чайное дерево, мята, тимьян.

следует изолировать ребенка от контакта с другими людьми. Обязательно сообщите воспитателю, учителю об обнаруженном педикулезе. Необходимо проверить остальных ребят.

# Осторожно! Грибы

В период лесных прогулок в летнее время родители, должны осуществлять строжайший надзор за ребенком, который собирает цветы, грибы и травы, пробует их.

Следует знать, что **детей до 5 лет не рекомендуется кормить грибами и блюдами из них**, даже если это всего лишь начинка в пирожках, блинчиках, пицце или сушеные грибочки для грибного супа, так как детский организм не имеет достаточного количества ферментов для их переваривания. И уж тем более не следует предлагать детям маринованные или соленые грибы, помимо того, что они сами по себе являются тяжелой пищей, так еще и содержат большое количество уксуса, который вреден для слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта.

**Признаки отравления:** тошнота, рвота, жажда, обильное потоотделение, слабость. Иногда появляются головокружение, бред, галлюцинации, редкий пульс, одышка, судороги. **Отравиться** можно и **съедобными грибами**, если они старые или долго пролежали. В старых и лежалых грибах начинается процесс разложения, и появляются ядовитые продукты распада белков.

Помните, что употребление грибов домашнего консервирования, даже если они съедобные, может привести к возникновению тяжелого заболевания – **ботулизма**. **Основными признаками ботулизма** являются головная боль, головокружение, сухость во рту, ухудшение зрения – туман и двоение, слабая реакция зрачков на свет, шаткая походка, веки опущены, движение конечностей затруднено, температура при этом нормальная.

## Первая помощь

Если **ребенок** все же отравился приготовленными грибами: появились жалобы на боли в животе, головную боль, малыш стал вялым (даже если признаки отравления легкие, не выраженные), а тем более, если есть подозрение на ботулизм, то стоит срочно обратиться к врачу: немедленно вызвать скорую помощь или самостоятельно доставить пострадавшего в ближайшую детскую больницу. Чтобы врачу легче было разобраться в причинах отравления, остатки грибов следует сохранить для исследования в лаборатории.

До прибытия врачей малышу необходимо оказать **первую помощь**. Прежде всего, нужно очистить желудок и кишечник ребенка от пищи. Для этого надо дать выпить пострадавшему холодной кипяченой воды (объем не должен превышать 200 мл за 1 раз и 1 литр в целом), после чего необходимо вызвать рвоту, раздражая чайной ложкой или пальцем корень языка и глотку. Эту процедуру повторяют несколько раз, до тех пор, пока рвотные массы не приобретут вид «чистой воды». После **промывания желудка** больному следует дать препараты-**сорбенты**, позволяющие удалить токсины из кишечника (полифепан, смекта, энтеросгель, фильтрум) и сделать **очистительную клизму**, для чего используют кипяченую воду комнатной температуры. Объем вводимой жидкости в зависимости от возраста **ребенка**: 1 год – 200мл, 2–5 лет – 300 мл, 6–10 лет – 400–500 мл.

## Правила профилактики грибных отравлений

1. Собирайте в лесу только те **грибы**, о которых вам точно известно, что они съедобные.
2. Не собирайте **грибы** вдоль автомобильных и железных дорог, т.к. они накапливают ядовитые вещества, делающие их непригодными для употребления.
3. Никогда не употребляйте в пищу перезрелые, червивые, прокисшие **грибы** или их части, так как по ним не всегда можно узнать, съедобный гриб или ложный, а также сложно установить, когда они были собраны.
4. Волнушки, грузди и другие **грибы**, содержащие млечный сок, перед засолом обязательно отваривайте или замачивайте, чтобы удалить горькие вещества, раздражающие желудок.
5. Нельзя покупать и готовить смесь разных видов **грибов**, **грибы** без ножек, так как в грибное ассорти могут попасть **грибы** с млечным горьким соком, которые предварительно нужно вымачивать, и в этом случае грибное блюдо будет испорчено.
6. Нельзя покупать **грибы** на улице и у случайных лиц. На частных рынках **грибы**, скорее всего не проверяются, а на государственных разрешена торговля только выращиваемыми грибами, например шампиньонами.
7. Необходимо затаптывать или уничтожать грибницы в местах прогулок детей на территории детских садов, лесных и дачных участков.