



## **ОСНОВЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ, КОТОРЫЕ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ ДЕТИ.**

С детства ребенка нужно учить азам оказания первой медицинской помощи. Первая и основная информация, которую должны усвоить самые младшие дети – в любой критической ситуации набирать телефон единой службы спасения в Липецкой области «112» для вызова помощи.

Сделайте для ребенка его собственную аптечку первой помощи. Положите туда только безопасные средства оказания первой медицинской помощи – вату, бинт, «маркеры» с антисептиками, пластырь, мазь от синяков.

Объясните ребенку, что никакие лекарства нельзя принимать самому или предлагать другим детям. Лекарства должен назначать врач.

Держите все лекарства в труднодоступных местах, однако ребенок должен знать, где в доме находится аптечка, чтобы он мог указать на нее другому взрослому или, в случае крайней необходимости, воспользоваться нею сам.

Время от времени закрепляйте навыки оказания первой помощи и расширяйте их. Младшему школьнику можно показать самые простые приемы оказания первой неотложной помощи, рассказать о том, в каких случаях нельзя трогать пострадавшего и нужно только вызвать скорую помощь, а в каких – следует попытаться помочь своими силами до приезда врачей.

При ожогах – научить, ничем не поливать и не мазать. Можно неплотно забинтовать, но только стерильным бинтом.

Если началась рвота и понос - должен знать что есть смекта, и как она разводится, объяснить ему что он должен пить чистую воду.

Каждый ребёнок должен знать, что, что бы ни случилось с ним или его друзьями, главное - не паниковать

В случае если человек долго находился на солнце в жаркий день и у него заметно участилось дыхание, повысилась температура, а кожа стала очень сухой и горячей, это значит, что случился солнечный удар. Объяснить ребенку, что ему нужно помочь перейти в место, куда не попадают прямые лучи солнца, дать выпить воды и положить на лоб смоченную холодной водой ткань.

Ребенок должен уметь вытащить у себя занозу, аккуратно обработав ранку перекисью водорода и вытащив ее пинцетом.

При укусе собаки или кошки обязательно промыть рану перекисью водорода, смазать края йодом и обязательно обратиться за помощью к родителям!

При вывихе или растяжении необходимо обездвижить конечность и приложить холод.

Ваш ребенок должен знать, что в случае опасности вступает правило «стоп!». Ребенок не должен рисковать! Первое – поставить в известность родителей, взрослых, детей старше себя по возрасту. Срочно звать всех, кто рядом. И знать, что бросить кого-то в беде - тоже плохо!  
Знание таких нехитрых правил поможет вашему ребенку избежать многих неприятностей.

Врач педиатр ГУЗ «Липецкая РБ»

Е.В.Мартынова.