

Консультация для родителей «Ах, лето красное!»

Летом нас так тянет на природу, подальше от городского шума, пыли и копоти. Отдых может принести так много пользы детям! А соблюдение правил гигиены убережет от ненужных проблем. В летние месяцы родители стараются вывести детей за город - на дачу, в деревню, к морю, чтобы дать возможность хорошо отдохнуть, власть надышаться свежим воздухом, накопаться и набраться сил перед долгой зимой.

Дайте возможность ребенку побегать босиком, особенно утром.



Хождение голыми ножками по росе обладает замечательным эффектом закаливания. Дети очень любят играть на песке около воды, они охотно заходят в воду, стоят в ней. Не надо заставлять ребенка сразу купаться, пусть он сам проявит желание. Не забывайте поить малыша - ведь жаркий день ему требуется много жидкости. Разнообразьте рацион ребенка свежими овощами и фруктами.

Коварные летние недуги.

Лето - прекрасное время года. Но риск заражения в условиях жары значительно выше. Призыв мыть руки перед едой сейчас становится особенно актуальным. Именно в это время чаще обычного возникают вспышки опасных желудочно - кишечных инфекций: дизентерии, гепатита А, сальмонеллеза и других болезней. Врачи выделили их в отдельную группу и назвали "болезнями грязных рук".

Бактерии и вирусы, вызывающие эти заболевания, в теплое время года чувствуют себя особенно хорошо. Заразиться можно, выпив сырой воды, некипяченого молока и съев приготовленных из него творога, сметаны простокваши. Серьезный риск представляют плохо вымытые фрукты, ягоды, овощи. Одно из наиболее распространенных заболеваний - гепатит А. Заражение им происходит через воду и продукты. Обязательно кипятите воду и отдавайте тщательно вымытые овощи и фрукты кипятком.



Диагноз ставит врач.

"Болезни грязных рук" представляют большую опасность для детей, поэтому постарайтесь не пропустить первые симптомы.

Как правило, они сопровождаются рвотой, болью в животе, высокой температурой (но не всегда, частым жидким стулом со слизью и прожилками крови. Ребенок становится вялым, отказывается от еды. Первые признаки всех желудочных заболеваний схожи, но обозначают разные болезни. Поставить точный диагноз и назначить лечение может только специалист.

Наслаждайтесь летом, но не забывайте о правилах гигиены!

Воспитатель, Луцина Е.В.