

Консультация для родителей

«Солнце доброе и злое»

Курьянова О.Л. июнь

Истосковавшись по теплу и свету, летом мы проводим слишком много времени под прямыми солнечными лучами, забывая об опасности ожогов и тепловом ударе. Еще до наступления жары следует приобрести детский защитный крем, предохраняющий кожу от избытка ультрафиолета.

Солнечные ожоги вовсе не так безобидны, как думают многие.

Как защитить ребенка от солнечного ожога и теплового удара:

- Выходя на улицу, обязательно надевайте малышу панамку.
- Если ребенку нет еще 6 месяцев, крем от загара использовать нельзя, простоме подставляйте малыша под прямые солнечные лучи.
- Для детей старше 6 месяцев необходим крем от загара, с фактором защитыне менее 15 единиц.
- Наносить защитный крем следует на открытые участки кожи каждый час, атакже всякий раз после купания, даже если погода облачная.
- В период с 10.00 до 15.00, на который приходится пик активности ультрафиолетовых лучей А и В, лучше вообще не загорать, а посидеть в тени.
- Ребенок периодически должен охлаждаться в тени - под зонтиком, тентомили под деревьями.
- Одевайте малыша в легкую хлопчатобумажную одежду.
- На жаре дети должны много пить.
- Если ребенок все-таки обгорел, заверните его в полотенце, смоченное холодной водой, а вернувшись домой, оботрите раствором, состоящим водыи уксуса в соотношении 50 на 50.