

Вот оно какое, лето...

Солнечные ванны

Долго находиться на солнце вредно даже для взрослых, а уж тем более для детей», — единодушно уверяют врачи. Дело в том, что у малышей выработка пигмента, защищающего кожу от солнца, не отрегулирована и они легко сгорают под безжалостными солнечными лучами. Крохе рекомендуется находиться на солнце только в ранние утренние часы и вечером, если его кожа защищена специальным кремом или легкой одеждой.

Солнечный удар

Солнечный удар возможен, если много часов подряд провести на солнце без защиты. Симптомами солнечного удара являются покрасневшая, сухая, горячая кожа или, наоборот, бледность, упадок сил, холодный пот, а также головная боль, тошнота и рвота.

Что делать? При солнечном ударе ребенка нужно немедленно перенести в тень, в место, где не так жарко и душно, и расстегнуть одежду. Обмахивайте кроху и сделайте влажные компрессы, чтобы снизить температуру, давайте ему как можно больше пить и обязательно пригласите врача.

Ожоги

Ожоги вызывают покраснение кожи, жжение и боль.

Что делать? Если у вашего малыша легкий ожог, нужно приложить к пораженным участкам кожи холодные компрессы или протереть их губкой, смоченной в холодной воде, а потом смазать специальным увлажняющим лосьоном, снимающим красноту и успокаивающим жжение. Однако никогда не смазывайте сгоревшую кожу обычными жирными кремами или маслом.

При тяжелых ожогах на коже появляются волдыри, у малыша поднимается температура и он испытывает сильную боль. Если у вас уже достаточно большой ребенок, можно смазать сгоревшие участки специальной мазью и подождать, пока всё пройдет само собой. Кроху же нужно обязательно показать врачу. При ожогах рекомендуется давать пить много жидкости.

Тепловой удар

Тепловой удар отличается от солнечного удара и ожога, но также вызван длительным нахождением под палящим солнцем. Симптомы теплового удара: покраснение кожи (на этот раз она влажная и очень горячая), температура, головная боль, упадок сил, а иногда даже обмороки и бред.

Что делать? При тепловом ударе, пока не пришел врач, нужно в первую очередь снизить температуру, обжив малыша прохладной водой, а потом завернув в мокрое полотенце.

Задача родителей не допустить этих неприятностей. Следите, чтобы ваш ребенок не находился долго под палящим солнцем, почаще давайте ему пить.