

Памятка для родителей дошкольников: предупреждение отравлений ядовитыми растениями и грибами летом

Летний отдых на природе таит скрытую опасность — ядовитые растения и грибы. Дошкольники из любопытства могут попробовать их на вкус или прикоснуться к опасным видам, что грозит серьёзным отравлением. Эта памятка поможет вам обезопасить ребёнка.



1. Основные правила профилактики

Объясните ребёнку и строго следите за выполнением:

- **Не пробуй на вкус** никакие ягоды, листья, стебли, плоды, семена, грибы — даже если они выглядят аппетитно.
- **Не трогай незнакомые растения руками** — некоторые вызывают ожоги кожи или аллергию.
- **Не собирай грибы** возле дорог, свалок, промышленных зон, под ЛЭП — они накапливают токсины.
- **Не бери старые, червивые, переросшие и неизвестные грибы.**
- **Всегда оставайся рядом со взрослым** на прогулке в лесу, парке, на лугу.
- **Мой руки с мылом** после прогулки, прежде чем есть или трогать лицо.

2. Опасные растения (примеры)

Покажите ребёнку картинки или реальные образцы (без контакта!) и объясните, почему они опасны:

- **Борщевик** — сок вызывает сильные солнечные ожоги (1–3 степени).
- **Болитголов** — ядовит целиком; похож на дикую морковь или дудник, стебель с красно-бурыми пятнами.
- **Волчье лыко** — кустарник с розовыми цветками весной и ярко-красными ягодами летом; ядовиты ягоды, кора, листья и цветки.
- **Вороний глаз** — одиночная чёрная ягода в центре розетки листьев; легко спутать с черникой.
- **Ландыш** — ядовито всё растение, включая ягоды; даже вода из вазы с ландышами опасна.
- **Лютик** — ядовит весь; контакт с кожей или вдыхание паров вызывает зуд, волдыри, слезоточивость.

3. Опасные грибы (примеры)

Кратко расскажите, как выглядят самые коварные виды:

- **Бледная поганка** — смертельно опасна; шляпка зеленоватая или белая, ножка с кольцом и «мешочком» у основания. Яд не разрушается при варке.
- **Мухомор красный** — крупная красная шляпка с белыми пятнами.
- **Ложноопёнки** (кирпично-красный, серно-жёлтый) — похожи на съедобные опята, но отличаются цветом шляпки и пластинками.
- **Сатанинский гриб** — крупная шляпка буровато-серая с зеленоватым оттенком.

4. Как научить ребёнка безопасности

Используйте простые и понятные приёмы:

- **Показывайте картинки** опасных растений и грибов, обсуждайте, почему их нельзя трогать и есть.
- **Играйте в «узнай опасный вид»** — тренируйтесь отличать опасные растения и грибы на иллюстрациях.
- **Объясняйте правило «спроси взрослого»:** прежде чем что-то сорвать или попробовать, нужно спросить маму или папу.
- **Подчёркивайте, что природа — не еда:** съедобные продукты растут в огороде или продаются в магазине, а в лесу всё нужно только смотреть, но не трогать.
- **Закрепляйте на практике:** на прогулке отмечайте знакомые растения, напоминайте правила, хвалите за осторожность.

5. Что делать при подозрении на отравление

Немедленно вызовите скорую помощь (112 или 103). До приезда врачей:

1. Если ребёнок съел что-то ядовитое и находится в сознании:
 - дайте выпить **3–4 стакана воды** комнатной температуры;
 - аккуратно вызовите рвоту, надавив на корень языка;
 - повторите промывание 2–3 раза.
2. Дайте **активированный уголь** из расчёта **1 таблетка на 10 кг веса** ребёнка (предварительно размельчите и размешайте в воде).
3. Уложите ребёнка в постель.
4. Согрейте руки и ноги (разотрите или приложите грелку), на лоб — холодный компресс.
5. Сохраните остатки растения/гриба или их фото — это поможет врачам быстрее поставить диагноз.

6. Дополнительные меры предосторожности

- **Осматривайте территорию** перед прогулкой: удалите ядовитые растения с участка дачи или двора.
- **Выбирайте безопасные маршруты:** парки и тропы с указателями, где риск встретить опасные виды ниже.
- **Держите аптечку первой помощи** наготове: уголь, вата, бинт, холодный компресс, антисептик.
- **Обсудите правила с другими взрослыми** (бабушки, няни, воспитатели), которые присматривают за ребёнком.

7. Важные телефоны (запишите и сохраните в быстром наборе)

- **112** — единый номер экстренных служб;
- **103** — скорая помощь;
- телефон вашего педиатра;
- контакты ближайшей детской больницы.

Чек-лист для родителей перед летней прогулкой на природе

- Повторили с ребёнком правила: «не пробуем», «не трогаем», «спрашиваем взрослого».
- Осмотрели место прогулки — нет ли очевидных опасностей (заросли борщевика и т. п.).
- Взяли воду и влажные салфетки, чтобы вымыть руки.
- Надели одежду с длинными рукавами и брюки (защита от контакта с растениями).
- Подготовили аптечку первой помощи.
- Обсудили план действий, если ребёнок увидит что-то интересное: остановиться и позвать маму/папу.

Помните: лучшая защита — ваша бдительность и регулярное напоминание правил в игровой форме. Будьте рядом с ребёнком на природе и подавайте личный пример осторожного отношения к окружающему миру.