

ДОРОГИЕ ВЗРОСЛЫЕ!

Как известно, береженого Бог бережет, поэтому важно всегда заботиться о безопасности своего ребенка, где бы вы с ним ни находились — дома, на улице, на даче, в лесу или в поле, в общественном транспорте или в далеком путешествии...

Очень важно научить ребенка грамотному поведению в различных ситуациях. И в этом большую роль играет ваш личный пример, ведь малыш все время смотрит на вас и копирует ваше поведение.

К сожалению, неприятности могут случиться с каждым. Главное, быть спокойным и уверенным в критических ситуациях и оказать ребенку своевременную и правильную первую помощь. Курс первой помощи имеет неоценимое значение для каждого родителя. Понимание того, что надо делать в случае чрезвычайного происшествия, — гарантия безопасности и возможность спасти жизнь вашему ребенку.

Желаем вам и вашему ребенку всего самого доброго!

Как защитить своего ребенка

Вы не в состоянии полностью оградить своего ребенка от всех опасностей, как бы вам этого ни хотелось. Но вы можете сделать так, чтобы у вас с вашим малышом сложились доверительные, уважительные отношения. Тогда он будет доверять вам свои страхи и тревоги и не будет бояться того, что его накажут, высмеют или обвинят во лжи. И ему не понадобится идти со своими проблемами к более «понимающим» его незнакомым взрослым.

Помните о могуществе мыслей и слов! Не стоит внушать своему малышу, что мир — жестокий и опасный. Слишком беспокоясь за своего ребенка, вы рискуете привлечь к нему неприятности. Думайте, что мир дружелюбен и безопасен, и то же говорите своему малышу. Вера в хорошее необходима для нормального развития ребенка. Она подпитывает его внутренние силы, делает уверенным в себе и награждает оптимизмом. Иначе малыш может вырасти запуганным, тревожным, неуверенным или жестоким человеком.

Ребенку важно быть уверенным в том, что его любят близкие люди, которые всегда готовы его защитить. Поощряйте стремление своего малыша к самостоятельным действиям, к принятию им решений. Помогайте только тогда, когда ребенку требуется ваша помощь. Если же он справляется сам, постарайтесь не вмешиваться и позвольте ему проявить свои умение и фантазию. Если малыш сделал что-либо не так, как было нужно, тактично помогите исправить ошибку. Ограничивать самостоятельность нужно только тогда, когда это действительно необходимо, например если возникает угроза здоровью. Всегда показывайте свою любовь таким образом, чтобы ребенок был уверен в том, что при необходимости вы ему всегда поможете. Почаще ставьте себя на его место и смотрите на мир глазами ребенка.



Есть мамы, которые постоянно тревожатся о здоровье и благополучии малыша. Они демонстрируют ему, что мир враждебен и опасности подстерегают на каждом шагу. С раннего возраста малышу многое запрещается. Его постоянно одергивают, ограничивают его порывы. В результате у ребенка не формируется базового доверия к миру, так как он «считывает» со своей мамы постоянную тревогу и волнение. Такие мамы часто подвергают ребенка тщательному медицинскому обследованию без видимых на то причин. Из-за любого прыщика или синяка они готовы поднять такую панику, что начинает тревожиться вся семья. В результате ребенок начинает всего бояться, он становится неуверенным в завтрашнем дне, постоянно находится в настороженном и подавленном состоянии.

Поэтому очень важно научить малыша всегда быть внимательным к опасностям, но ни в коем случае не пугать его ими, и тогда мир не будет ему казаться таким опасным. Никогда не обсуждайте в присутствии ребенка катастрофы, болезни, преступления...

Если вы чувствуете, что не справляетесь с тревогой за ребенка, и понимаете, что она необоснованна, обратитесь за психологической помощью.

Нередко, беспокоясь за своего ребенка, взрослые рисуют в своем воображении страшные картины. Они представляют, как их сын попадает под машину или дочь подстерегают на улице бандиты. На самом деле такие действия могут нанести ребенку непоправимый вред, ведь каждая мысль — это энергия, а, как мы знаем, наши мысли материализуются. Зигмунд Фрейд однажды сказал, что матери являются главными убийцами своих детей, потому что никто столько, сколько они, не вкладывают энергии в жуткие картины гибели своих драгоценных малышей. Поэтому очень важно сразу же прогонять от себя негативные мысли.

Каждый раз, когда жуткая мысль приходит к вам в голову, следует выполнять *упражнение по преобразованию негативной энергии*.

1. На вдохе соберите пугающую мысль в плотный комочек. Неприятное ощущение будет собираться в груди тяжелым сгустком.

2. С медленным выдохом через голову выпустите вверх давящий ком, как темный шарик, и представьте, как он лопается высоко над головой, превращаясь в искры света, в лепестки цветов. Таким образом, вы преобразовываете негативную энергию и разрушаете нехорошую программу.

После этого можно приступать к созданию *благоприятной программы для вашего ребенка*.



1. На вдохе обратитесь к Богу с просьбой о благе для своего ребенка.

2. Соберите в груди сгусток света.

3. Медленно выдыхая, представьте ребенка в хорошей, благоприятной для него ситуации. Тем самым вы притянете созидательную энергию.

При этом важно следить за тем, чтобы ваше программирование не было навязчивым, чтобы оно точно совпадало с личными желаниями маленького человечка и гармонировало с его внутренним состоянием. Иначе ваша энергия может входить в жизнь ребенка чуждой, разрушающей волной и тем самым приносить зло, даже если ваши намерения добрые. Поэтому старайтесь избегать конкретных воображаемых картинок, а давайте просто энергию света. Тем самым вы не станете мешать проявлению внутренних возможностей своего ребенка.



БЕЗОПАСНОСТЬ МЛАДЕНЦА

Очень важно предотвращать опасные ситуации.

- ⇒ В два месяца ребенок уже умеет хватать предметы, а в три — дотягиваться до них и тянуть к себе. Поэтому в доступных для ребенка местах не должно быть ничего опасного.
- ⇒ Не оставляйте кроху одного с бутылочкой — он может захлебнуться.
- ⇒ Не оставляйте младенца с другим ребенком: тот может уронить малыша или дать ему что-нибудь опасное.

Опасности, подстерегающие ребенка в возрасте до 1 года

Автомобиль

Начиная с поездки из роддома домой, у малыша всегда должно быть безопасное место в машине. Убедитесь, что выбранное вами автомобильное кресло полностью отвечает правилам безопасности. Оно должно удерживаться на месте с помощью привязного ремня для взрослых. Об автомобильных креслах подробнее см. раздел «Безопасность в путешествии» (Путешествие на автомобиле) на с. 64.

Пеленальный столик

Переодевайте ребенка на полу. Если же вы делаете это на столе или на пеленальном столике, ни на секунду не выпускайте малыша из своего поля зрения, как бы далеко он не находился от краев. Даже самый маленький ребенок может подкатиться или подтолкнуться к краю и упасть.



СОДЕРЖАНИЕ

Как защитить своего ребенка	4
БЕЗОПАСНОСТЬ МЛАДЕНЦА	7
Опасности, подстерегающие ребенка	
в возрасте до 1 года	7
Автомобиль	7
Пеленальный столик	7
Детская кроватка	8
Вредные вещества	9
Игрушки	9
Одежда	10
Опасные предметы	10
Детская коляска	10
«Кенгуру»	11
Ходунки и прыгунки	12
БЕЗОПАСНОСТЬ В ДОМЕ	15
Как обезопасить для ребенка свое жилище	17
Пол	18
Окна и балконы	19
Электроприборы и розетки	19
Мебель	20
Ковры, мягкие игрушки, занавески	21
Детский стульчик	21
Игрушки	22
Двери	24
Ящики	24
Телефон	24

Комнатные растения	24
Лестница	24
Химические вещества	25
Лекарства	25
Градусник	25
Строительные материалы	25
Плесень	26
Алкоголь	26
Дамские сумочки	26
Разные мелочи	26
Ванная комната	26
Кухня	27
Плита	28
Стол	29
Мусорное ведро	29
Полиэтиленовые пакеты	30
Холодильник	30
Шкафы и шкафчики	30
Средства для мытья посуды	30
Безопасность во время еды	31
Обычные предметы, с которыми ребенок может играть, не подвергая себя опасности	32
Безопасность во время празднования Нового года	33
Ребенок остается дома один	34
Если ваш ребенок — лунатик	36
Животные в доме	36
Собака	37
Кошка	37
Грызуны (декоративная крыса, хомяк, шиншилла, хорек)	40
Черепаша	40
Рыбки	40
Попугай	41
БЕЗОПАСНОСТЬ ВНЕ ДОМА	42
Безопасность в городе	43
Правильная одежда взрослого	43
В лифте	43
На игровой площадке	44
В магазине	45

В общественном транспорте	45
Правила безопасного поведения на дороге	46
Ребенок осваивает велосипед и роликовые коньки	51
Правила поведения с незнакомыми людьми	54
Сексуальное насилие	56
Безопасность во время зимних прогулок	57
Безопасность на дачном участке	58
Ограда и калитка	58
Дачные тропинки	59
Коварные растения	59
Деревья	59
Насекомые	60
Строительство на участке	60
Огонь	61
БЕЗОПАСНОСТЬ В ПУТЕШЕСТВИИ	62
Что необходимо взять в путешествие для ребенка	62
Путешествие на автомобиле	64
Безопасность и комфорт ребенка в автомобиле	64
Автомобильное кресло для малыша	67
Если ребенка укачивает	70
Путешествие на самолете	73
Подготовка к полету	73
В аэропорту	74
Как легче перенести взлет и посадку	75
Как избежать укачивания	75
Путешествие на поезде	75
Преимущества путешествия на поезде	75
Еда	76
Туалетные дела	76
Как обеспечить малышу сон	76
Отдых на море	77
Позаботьтесь о прививках	77
Безопасность во время путешествия по морю	78
Акклиматизация	78
Меры предосторожности от инфекционных заболеваний	78
Чтобы солнце приносило радость	79
Опасности, которые таит в себе море	79
Правила безопасности на воде	80

Безопасность в лесу	82
Подготовка к походу	82
Правила поведения в лесу	83
Правила сбора грибов	83
Учимся ориентироваться	84
Правила поведения на болоте	85
Ядовитые растения	85
Правила поведения во время грозы	86
Как спастись при лесном пожаре	88
Защита от укусов насекомых	89
Правильное поведение при встрече со змеями	91
ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ	93
Аптечка для оказания первой помощи	94
Когда срочно нужен врач	96
Чего нельзя делать до прихода врача	98
Какие лекарства нельзя давать детям до прихода врача	99
Резанины	100
Искусственное дыхание	100
Наружный массаж сердца	101
Аппендицит	102
Анафилактический шок	104
Ожоги	105
Термические ожоги кожи	105
Ожоги кипятком или паром	106
Ожоги горячими жидкостями (бензином, спиртом и др.)	107
Ожоги щелочными жидкостями	107
Химические ожоги глотки и пищевода	107
Солнечные ожоги и ожоги медуз	109
Если лимон брызнул в глазик	109
Поражение электрическим током	110
Поражение молнией	111
Судороги	112
Отравления	113
Отравления химическими веществами	113
Отравления таблетками	114
Отравления пенящимися средствами	116
Пищевые отравления	116

Солнечный и тепловой удары	118
Утопление	119
Обморок от холодного купания	120
Обморожение	121
Порезы и царапины	124
Легкие порезы и царапины	124
Удаление занозы	125
Сильный порез	125
Ушибы	127
Небольшие ушибы	127
Ушиб головы	128
Сотрясение головного мозга	130
Если малыш подвернул ножку	130
Типично зимние травмы	131
Переломы	132
Перелом руки	133
Перелом ноги	134
Перелом ребер	135
Перелом позвоночника	135
Черепно-мозговые травмы	135
Травмы живота	135
Сильные кровотечения	136
Травмы носа	137
Носовое кровотечение	137
Травмы горла	139
Травмы уха	140
Инородные тела	141
Инородные тела в дыхательных путях, горле и пищеводе	141
Инородные тела в ухе	146
Инородные тела в полости носа	146
Как удалить соринку из глаза	147
Укусы животных	148
Укусы насекомых	151
Укусы змей	153