Лето – пора отпусков. Отправляясь на отдых с детьми, нужно особенно внимательно относиться к их здоровью. Вот несколько советов, как подготовиться к безопасной поездке с ребенком и что положить в аптечку.

**При поездке на море:**

- возьмите солнцезащитный крем 50+;

- спрей после ожогов на основе декспантенола;

- ушные капли помогут при воспалении после ныряния;

- препараты после конъюктивита.

**При дальних путешествиях:**

- убедитесь, что ребенок здоров;

- проконсультируйтесь с педиатром;

- старайтесь не менять резко климатические зоны;

- отправляясь в экзотические страны, позаботьтесь о своевременной иммунизации (гепатит А, малярия, желтая лихорадка, брюшной тиф и др.);

- после прививки лучше выждать месяц.

**В аптечке должно быть три отдела:**

- лекарственные препараты (перекись водорода, препараты от насморка, противорвотные средства);

- инструменты (ножницы, пинцет, жгут, шприцы), которые помогут в подборе корректной дозы, а также ими можно промыть открытую рану или глаза;

- градусник (лучше брать электронный).

**Также не забудьте:**

- при расстройстве ЖКТ помогут энтеросорбенты и противодиарейные препараты,

- на случай аллергии возьмите противогистаминные препараты;

- ингалятор-небулайзер, если у ребенка есть склонность к бронхиальной астме или есть вероятность, что у него может развиться ложный круп;

- если поднялась температура, пригодится жаропонижающее (в жаркие страны свечи лучше не брать – могут растаять по дороге).

**Безопасность на природе:**

- не забудьте антисептики и антибактериальную мазь;

- при порезах и ушибах можно использовать салфетки, пропитанные антисептиком.

Информация подготовлена ГУЗОТ «ЦОЗиМП»

по материалам Минздрава РФ.