

Ce trebuie să faceți în caz de urgență?

Arsuri solare

Simptome:

- piele roșie, tensionată și dureroasă la atingere, uneori cu vezicule

Primul ajutor:

- Răciți pielea înroșită cu cârpe umede (nu prea reci)!
- Asigurați copilului un aport de lichide suficient!
- Mergeți la cabinetul medicului dacă
 - copilul are arsuri solare,
 - copilul are arsuri solare cu vezicule sau
 - copilul se simte rău în general.
- Un copil cu arsuri solare nu trebuie să mai stea la soare!



Informații suplimentare



pe tema caniculei pot fi găsite pe site-ul web al orașului Leipzig, la adresa www.leipzig.de/hitzetipps

Ce trebuie să faceți în caz de urgență?

Șoc termic

Simptome:

- cap foarte roșu
- piele fierbinte și uscată, roșie la început, ulterior gri sau albăstrui
- temperatură extrem de ridicată a corpului
- dureri de cap
- copilul reacționează cu greu sau nu reacționează
- crampe până la pierderea cunoștinței

Primul ajutor:

- **Șocul termic reprezintă o urgență! Apelați imediat salvarea (apel de urgență 112)!**
- Aduceți copilul la umbră!
- **Ridicați picioarele copilului!**
- Înlăturați îmbrăcămintea strâmtă!
- Răciți corpul cu cârpe umede!
- Dați copilului să bea ceva dacă este conștient!

Insolație

Simptome:

- cap foarte roșu și fierbinte
- temperatură crescută a corpului și piele rece sau normală
- copilul este agitat și confuz
- copilul nu se simte bine
- greață, vărsături

Primul ajutor:

- **Insolația la bebeluși sau copii mici reprezintă o urgență! Apelați imediat salvarea (apel de urgență 112)!**
- Aduceți copilul la umbră!
- **Așezați capul și gâtul copilului mai sus decât restul corpului!**
- Răciți capul și gâtul cu cârpe umede!
- Dați copilului să bea lichide!



Stadt Leipzig

Sugestii de comportare pe timp de caniculă



Un mic ghid
pentru familii
cu bebeluși și copii mici

Numărul zilelor caniculare este în creștere, inclusiv în Leipzig

Perioadele prelungite de căldură, cu peste 30 °C în timpul zilei și nopți tropicale în care termometrul nu coboară sub 20 °C, pot afecta considerabil sănătatea.

Copiii mici sunt sensibili la căldură și la soare

Bebelușii și copiii mai mici (până la vârsta preșcolară) suferă mai ales atunci când este foarte cald. Aceștia nu-și pot încă regla temperatura corpului.

Bebelușii și copiii mici au pielea foarte sensibilă. Este mai subțire decât la adulți.

Bebelușii și copiii mici nu își pot da încă seama atunci când le este prea cald. Prin urmare, părinții trebuie să le acorde o atenție deosebită!

Avertisment de supraîncălzire

Când este cald, autovehiculul se poate încălzi excesiv foarte repede. Uneori sunt suficiente doar câteva minute pentru ca acest lucru să se întâmple. Acest lucru poate pune în pericol viața copilului dumneavoastră.

- Nu vă lăsați niciodată copilul singur în mașină!
- Folosiți parasolarele în timpul deplasării!

Este bine să vă răcoriți – dar nu lăsați niciodată copiii mici să se joace nesupravegheați în apă sau în apropierea ei!

Bebelușii trebuie să stea la umbră

Bebelușii nu trebuie așezați în soare.

Căruciorul nu trebuie lăsat în soare.

Există umbrele speciale sau copertine pentru cărucioare.

Folosiți-vă de orele mai răcoroase de dimineață sau de seară pentru plimbări.

Crema de protecție solară nu trebuie folosită pe bebeluși deoarece pielea lor este încă foarte sensibilă.

Bebelușul dumneavoastră trebuie să consume multe lichide pe timp de caniculă. Alăptați-vă copilul mai des! Sau dați-i biberonul mai des.

Copiii mici nu trebuie să stea prea mult timp în soare

În intervalul orar 11.00 - 16.00 soarele strălucește foarte puternic. Este foarte cald. Dacă este posibil, rămâneți acasă în această perioadă.

Dacă ieșiți afară, alegeți locuri, parcuri și locuri de joacă umbroase.

Copilul dumneavoastră trebuie să consume mai multe lichide pe timp de caniculă. Oferiți-i copilului dumneavoastră ceva de băut din când în când.

Apă potabilă rece este disponibilă la fântânile de băut ale uzinei de apă Leipzig. Puteți găsi o hartă cu toate fântânile pe: www.l.de/trinkbrunnen.

Pe <https://refill-deutschland.de/> veți găsi o evidență a locurilor pe hartă unde vă puteți umple gratuit sticla de apă pe care ați adus-o cu dumneavoastră.

Faceți pauze la umbră.

Protejați pielea copilului dumneavoastră de soare. Asigurați o protecție solară adecvată prin îmbrăcăminte și cremă de protecție solară.

Protecție solară din cap până în picioare

Pentru copiii mici care stau afară la soare și la căldură există trei reguli:

- 1. Capul, gâtul și urechile trebuie să fie întotdeauna acoperite.**
 - Folosiți șepci sau eșarfe cu protecție și protecție pentru gât sau pălării cu boruri largi.
 - Ochelarii de soare cu filtru UV protejează ochii.
- 2. Cea mai bună protecție pentru organism o reprezintă hainele aerisite, de exemplu:**
 - cămașă subțire sau tricou cu mâneci lungi,
 - pantaloni subțiri și lungi,
 - încălțăminte ușoară închisă sau șosete.
 - Atunci când se stropește în apă, partea superioară a corpului trebuie să fie fi acoperită cu un tricou.
- 3. Toate zonele corpului care nu sunt acoperite de îmbrăcăminte trebuie să fie date cu cremă.**
 - Folosiți creme solare speciale sau spray-uri solare pentru copii cu un factor de protecție solară (SPF) de 50 sau mai mare.
 - Dați-vă copilul cu cremă cu 30 de minute înainte de a ieși afară. Acest lucru permite cremeii să își facă efectul, iar pielea este bine protejată. Aplicați crema în mod regulat.
 - Folosiți o cremă de protecție solară rezistentă la apă atunci când copilul dumneavoastră se joacă în apă.