

СОГАЗ-Мед о том, как сохранить здоровье ребенка в новогодние праздники

Новогодние праздники не за горами. Многие родители уже спланировали меню праздничного стола, программу отдыха и развлечений с детьми на период каникул. И для того, чтобы праздники прошли без неприятных ситуаций, связанных со здоровьем ребенка, специалисты страховой компании «СОГАЗ-Мед» рекомендуют придерживаться нескольких простых правил:

1. Как уже отмечено, новогодние каникулы являются отличной возможностью подарить ребенку новые впечатления: походы на детские театральные представления, в цирк, катание на ватрушках и коньках и т.д. Но, стоит помнить, что переизбыток эмоций может отрицательно сказаться на психике маленького человека, сделать его более возбудимым и капризным. Поэтому психологи и неврологи рекомендуют ограничиться 1 мероприятием в 4 дня.
2. Мало кто заботится об отдельном детском меню на праздничный стол. От этого дети употребляют ту же, как правило, тяжелую пищу, что и взрослые. В результате каникулы могут быть омрачены пищевым отравлением. Чтобы избежать подобных ситуаций, специалисты рекомендуют позаботиться об отдельном вкусном и здоровом меню для своего ребенка.
3. Ёлка – самый главный символ Нового года, также несет в себе определенную опасность. Так, в доме с маленькими детьми рекомендуется украшать елку не стеклянными игрушками, а пластиковыми. Если вы используете мишуру – следите, чтобы ребенок ее не попробовал на вкус!
4. Многие любят самостоятельно запускать салюты и фейерверки. Во-первых, покупать их нужно в проверенных местах, имеющих лицензию на торговлю и сертификаты качества на каждый продукт. А во-вторых, соблюдайте технику безопасности и следуйте инструкции, указанной на упаковке. Так вы минимизируете риск получить такие неприятные последствия, как ожоги тела и лица, раны от осколков. Важно помнить, что дым от пиротехники может привести к ожогам легких и трахеи. Поэтому, чем дальше вы будете находиться от коробки с салютом – тем лучше!
5. Излюбленными занятиями зимой являются катание на коньках, лыжах, санках, ватрушках, сноубордах и т.д. Многие пробуют сами освоить новый вид спорта впервые и учат этому своих детей. К сожалению, вместе с этими развлечениями можно получить не только массу приятных впечатлений, но и травму. Поэтому, не забывайте о правильной экипировочной одежде, защитных элементах (шлем, наколенники, налокотники), а также выбирайте только предназначенные для катания места.

Специалисты СОГАЗ-Мед напоминают, что несчастный случай, отравление, травма или любое другое состояние, которое представляет угрозу жизни

человека – является экстренной ситуацией. Отсутствие у вас полиса ОМС при этом не является основанием для отказа в предоставлении медицинской помощи. В случае отказа необходимо позвонить в свою страховую медицинскую организацию, страховые представители всегда помогут защитить ваши права!

Если вы застрахованы в СОГАЗ-Мед и у вас возникли дополнительные вопросы, связанные с получением медицинской помощи в системе обязательного медицинского страхования или качеством оказания медицинских услуг, обращайтесь по круглосуточному телефону контакт-центра 8-800-100-07-02 (звонок по России бесплатный). Подробная информация на сайте www.sogaz-med.ru