

**Департамент общественного здравоохранения штата Массачусетс подготовил для вас**

**правила безопасности в летнее время**

**БОСТОН** (12 июня 2023 г.). Лето приближается, и Департамент здравоохранения штата Массачусетс снова обращается к жителям с практическими рекомендациями по безопасности в летнее время, в том числе касающимися детского здоровья и благополучия.

**Укусы клещей**

Отдельные виды клещей могут не просто вас укусить, но и заразить такими болезнями, как клещевой боррелиоз и вирус Повассан. Как правило, клещи обитают во влажной среде, с густой растительностью, в зарослях кустарника или лесах, но могут жить и у вас во дворе. Клещ может попасть на кожу только вследствие прямого контакта с ним: прыгать или летать клещи не умеют. Во избежание укусов следуйте нашим рекомендациям.

* Раз в день проверяйте поверхность кожи на наличие клещей — это, пожалуй, самая важная и самая действенная рекомендация.
* Пользуйтесь средствами защиты, активные ингредиенты которых одобрены EPA (Министерством охраны окружающей среды). Всегда следуйте указаниям на упаковке.
* Если позволяют погодные условия, носите одежду светлых оттенков с длинным рукавом, а штаны заправьте в носки. Это убережет вас от непосредственного контакта, а также позволит быстрее обнаружить клеща на одежде.
* После длительного времяпровождения на улице можно принять душ: он смоет еще не закрепившихся на коже клещей. Одежду можно положить в сушилку на 10 минут при высокой температуре: такая процедура уничтожит попавших на одежду клещей.
* Домашние животные, много времени проводящие на улице, также могут подцепить клеща и принести его в дом. Обратитесь к своему ветеринару за рекомендациями по защите животных от клещей и переносимых ими болезней.

**Укусы москитов**

В штате Массачусетс москиты являются переносчиками таких болезней, как восточный лошадиный энцефалит (EEE) и лихорадка Западного Нила (WNV). В прошлом году в Массачусетсе не было зарегистрировано ни одного случая EEE. Однако восемь людей пострадали от WNV. Мониторинг активности москитов особенно тщательно ведется с наступлением лета. Департамент здравоохранения регулярно размещает актуальные данные по активности москитов на странице [данных по арбовирусу в штате Массачусетс](https://www.mass.gov/info-details/massachusetts-arbovirus-update).

Несмотря на то что риск заражения EEE или WNV для людей невелик до середины — конца лета, стоит подумать о собственной защите и профилактике уже сейчас, ведь последствия заболеваний могут быть крайне тяжелыми. До наступления сезона москитов рекомендуется сделать следующее.

* Осушите стоячую воду в доме и окрестностях (в том числе во дворе): в ней размножаются москиты.
* Почините оконные и дверные сетки, защищающие ваш дом от москитов.
* Пользуйтесь средствами защиты с ингредиентами, одобренными EPA, в соответствии с инструкцией.
* Если позволяют погодные условия, выбирайте одежду с длинным рукавом, закрытыми ногами, высокие носки — все, чтобы максимально защитить открытые участки тела.

Подробнее о заболеваниях, переносимых москитами и клещами, и их профилактике можно узнать на сайте Департамента здравоохранения: [Москиты и клещи](https://www.mass.gov/mosquitoes-and-ticks).

**Безопасность на воде**

Основной причиной смерти детей младшего возраста до сих пор остается утопление — как в штате Массачусетс, так и по всей стране. Бассейн во дворе — главный фактор риска, особенно для детей до 5 лет. Чтобы избежать травм на воде и не допустить самого страшного, помните о следующих правилах.

* Всегда следите за детьми, если они находятся в воде или рядом с водоемом.
* Помните, что рядом с грудным ребенком и малышами до года во время купания (даже в ванной) должен всегда находиться взрослый, причем как минимум одна рука взрослого должна касаться ребенка.
* Всегда учите детей спрашивать разрешения каждый раз, когда они хотят подойти к воде.
* Не ныряйте головой вперед.
* Не плавайте во время шторма или грозы.
* Установите заграждение, надежно отделяющее дом и площадку для игр от бассейна и зоны вокруг него. Для еще лучшего контроля доступа подумайте об установке автоматических замков на двери или сигнализации.
* После купания убирайте все мячи, надувные подушки и прочие игрушки из бассейна, чтобы у детей не было соблазна достать их. Когда дети накупались и вышли из бассейна, примите необходимые меры защиты, которые не позволят им вернуться обратно самостоятельно.
* Возле бассейна всегда должно быть спасательное оборудование (например, специальный крюк или спасательный круг) и телефон.
* Если ребенок еще не умеет плавать, пользуйтесь спасательными жилетами, одобренными береговой охраной США. Департамент здравоохранения совместно со Службой береговой охраны сняли поучительное видео о правильном подборе спасательного жилета: <https://youtu.be/1I3VZf-NqPc>.
* Не заменяйте спасательный жилет на нарукавники или аквапалки: это в первую очередь игрушки. Они никоим образом не защищают вас во время плавания.

В общественных местах для купания:

* По возможности выбирайте места для купания, где есть спасатели; купайтесь только в отведенных для этого местах.
* Плавайте всегда в паре с кем-то еще.
* Обращайте внимание на указатели на пляжах. Департамент здравоохранения собирает [данные о качестве воды](https://www.mass.gov/beach-water-quality) и размещает информацию об уровне бактериального загрязнения для профилактики заболеваний и травм, связанных с купанием.
* Следует отдавать себе отчет, насколько хорошо вы умеете плавать. В рамках программы [Научись плавать](https://www.mass.gov/service-details/learn-to-swim) штат предоставляет детям бесплатные уроки плавания в отдельных бассейнах на территории начиная с июля 2023 года.

А может, вы хотите стать спасателем? Штат Массачусетс набирает спасателей для работы на озерных и прибрежных пляжах, а также в бассейнах. В этом году команда губернатора повысила почасовую оплату персонала бассейнов и пляжей до 22–27 долларов. Квалифицированные кандидаты могут также получить премию до 1000 долларов США при устройстве на работу. Дополнительную информацию можно получить на сайте [спасателей Департамента охраны природы и отдыха](http://www.mass.gov/lifeguards).

**Безопасность окон**

Падения из окон являются основной причиной травм среди детей. Особенно остро проблема стоит среди детей младшего возраста. Однако она вполне решаема. Необходимо понимать, что сетки на окнах не обладают достаточной прочностью, чтобы удержать ребенка от падения. Чтобы избежать этого родителям и опекунам рекомендуется:

* Мебель и все, на что ребенок может залезть, убрать подальше от окон.
* По возможности открывать окна в режиме проветривания и ставить замок на все открываемые двери и окна.
* Всегда держать детей под присмотром.
* Установить быстросъемные оконные замки, которые продаются в большинстве хозяйственных магазинов.

Узнать больше о профилактике детского травматизма можно на сайте [программы профилактики и контроля травматизма Департамента здравоохранения](https://www.mass.gov/orgs/injury-prevention-and-control-program).

Также полезные рекомендации по предотвращению падений среди детей можно найти на сайте Центра по контролю и профилактике заболеваний США, [посвященном профилактике падений](https://www.cdc.gov/injury/features/child-injury/index.html).

**Безопасность в автомобиле**

Оставлять детей и животных внутри автомобиля может быть очень опасно. В летние месяцы в Новой Англии температура в закрытом автомобиле может быстро достичь критических значений и сделать нахождение внутри него смертельно опасным для ребенка или животного, который оказался там даже на несколько минут.

Чтобы обеспечить безопасность детей и животных в автомобиле или рядом с ним:

* Никогда не оставляйте детей или животных одних в припаркованном автомобиле, даже когда они спят или пристегнуты и даже если окна открыты.
* Всегда проверяйте салон автомобиля спереди и сзади, прежде чем заблокировать двери и уйти.
* Если ребенок куда-то пропал, всегда проверяйте автомобиль, особенно багажник.
* Оставляйте себе напоминания, если в автомобиле находится ребенок или животное, например положите сумочку или портфель на заднее сиденье, чтобы обязательно заглянуть назад, когда будете выходить из автомобиля.
* Всегда блокируйте двери машины и храните ключи в недоступном для детей месте.
* Внимательно следите за детьми, если они играют рядом с припаркованными автомобилями.

**Если вы видите ребенка или животное одного в раскаленной машине, позвоните в полицию. Если они плохо себя чувствуют из-за жары, выведите их как можно быстрее и немедленно позвоните в службу 911.**

Помните, что все дети в возрасте до 12 лет должны ездить на заднем сиденье, пристегнутые должным образом, даже во время недолгих поездок. Младенцы и дети ясельного возраста должны оставаться в автокреслах, обращенных назад, до тех пор, пока они не достигнут веса или роста, разрешенного производителем автомобильного кресла. По общему правилу, дети должны ездить в автокресле лицом назад, пока им не исполнится 1 год и они не достигнут веса в 20 фунтов. Дополнительную информацию о безопасности детей в автомобиле можно найти на [сайте](https://www.mass.gov/info-details/transportation-safety-and-injury-prevention) Департамента здравоохранения.

**Профилактика бешенства**

Все млекопитающие (животные с мехом) могут заболеть бешенством. В штате Массачусетс ежегодно регистрируется более 100 случаев бешенства среди животных. Большая часть из них — дикие животные, в том числе еноты, скунсы, летучие мыши, сурки и лисы. Однако и некоторые домашние (особенно кошки) и сельскохозяйственные животные также могут заболеть бешенством.

Люди могут заразиться вирусом бешенства в результате укуса зараженного животного или попадания слюны животного на царапину или в глаза, нос или рот человека. Если вас укусило или поцарапало животное либо вы нашли летучую мышь в комнате, где спали люди, рядом с маленьким ребенком или домашним животным, необходимо позвонить в местный отдел здравоохранения или в отдел эпидемиологии Департамента здравоохранения по телефону 617-983-6800.

Другие меры профилактики бешенства

* Научите детей никогда не приближаться к незнакомым животным, даже если они кажутся дружелюбными.
* Сообщайте в местный отдел контроля за животными о любом животном, которое кажется вам больным или раненым.
* Наблюдайте за дикими животными на расстоянии; не держите диких животных в качестве домашних.
* Убедитесь, что ваши домашние животные привиты от бешенства. По закону все собаки, кошки и хорьки должны регулярно вакцинироваться от бешенства.
* Не оставляйте еду или воду для домашних животных на улице. Даже пустые миски могут привлекать диких и бродячих животных.
* Не отпускайте домашних животных гулять за пределы своей территории. Держите их за забором во дворе или на поводке.
* Любой мусор должен быть хорошо закрыт. Открытый мусор привлекает диких или бродячих животных.
* Закройте дымоходы и заделайте дыры на чердаках, в подвалах и на верандах, чтобы не допустить проникновения в дом диких животных, например летучих мышей и енотов.

###