**6 praktických rad pro bezpečnost dětí nejen na zahradě**

**Praha, 9. července 2015** – Začaly prázdniny, teploty se vyšplhaly do rekordních výšek a své děti tak těžko udržíme sedět doma. Během řádění venku, ale na ně může číhat řada nástrah. Přinášíme rady, jak si poradit s těmi nejčastějšími z nich.

**Malé děti chraňte před úrazy helmou či ohrádkami**

„Možná vás to překvapí, ale z bezpečnostního hlediska není od věci na zahradě nasadit malým dětem bezpečnostní helmičku, obzvlášť pokud nemáte děti stále na dohled. Ušetříte je tak nejedné boule na hlavě, ale i vážnějších úrazů. Další možností, která zajistí vaší ratolesti bezpečí, jsou dětské ohrádky. Ty vymezí prostor, kde se může dítě pohybovat a kde se nemůže zranit. Tyto opatření se týkají především dětí přibližně do 3 až 5 let,“ doporučuje František Peterka z Proděti.cz.

**Nepůjčujte dětem opravdovou sekačku na trávu**

Děti by samozřejmě při sekání trávy rády pomáhaly, ale tuto práci jim určitě nesvěřujte, dokud nejste přesvědčeni, že jsou dostatečně vyzrálé, aby mohly posoudit všechna rizika spojená se sekáním. Doporučený věk, kdy jsou děti již schopné obstarávat sekačku, neexistuje a je velmi individuální. Záleží tedy jen na vašem uvážení, zda jsou děti již natolik opatrné a zodpovědné, že to bez problému zvládnou. „Musíte si být jisti, že děti znají a jsou schopni dodržovat základní bezpečnostní pravidla používání sekačky, mezi která patří: používání ochranných pomůcek, dostatečná kontrola sekaného terénu a zodpovědné zachovávání bezpečné vzdálenosti zejména od menších dětí a zvířat,“ říká Radovan Bureš z Briggs&Stratton. Dokud děti nejsou dostatečně velké a zodpovědné na sekání klasickou sekačkou, dávejte jim pouze zábavné pomocné úkoly nebo jim obstarejte dětskou maketu sekačky, se kterou si budou připadat stejně důležité (seženete jí např. na Proděti.cz).

**Pozor na skleněné plochy**

Pokud vaše děti lítají z bytu na balkón či terasu, dbejte zvýšené opatrnosti na skleněné vstupní dveře, případně na další skleněné plochy. Pády dětí do prosklených ploch jsou hlavní příčinou řezných poranění. Těmto zraněním lze předejít pomocí fólií na sklo, jejichž výhodou je, že i při rozbití zůstává sklo stále pohromadě a děti se tak nemají oč pořezat. „Mezi nejrizikovější místa patří kromě balkonových dveří také kuchyně, ložnice a obývací pokoj. Fólie se dají použít i na skleněné konferenční stolky, na plochy zrcadel, na skleněné vitríny nebo části konferenčních stěn,“ říká Ivan Pavlíček z firmy NEXT, expert za zabezpečení domů a bytů. Další výhodou folií použitých na prosklená okna či dveře je ochrana obydlí před nepříjemným horkem.

**Nepříjemný hmyz a klíšťata**

Otravná klíšťata a hmyz vám mohou přidělat plno starostí, neboť kromě svědivých kousanců, přenášejí také různé infekce. Proti pokousání či poštípání pak poslouží účinné repelenty. Novorozence a batolata v kočárku ochraňte moskytiérou. „Po návratu domů z přírody si vždy pečlivě prohlédněte celé tělo, zda nedošlo k přichycení klíštěte. Nejčastěji se paraziti uvelebují v podkolenních jamkách, tříslech, podpaží, za ušima i na hlavě. Obdobnou prohlídku je třeba provést i následující ráno, protože klíště se může po těle napadeného pohybovat delší dobu (i několik hodin), než se definitivně zakousne,“ říká Jaroslav Sotona z Prozdravi.cz.

**Vyhýbejte se alergenům**

V letních měsících, stejně jako na jaře, se na zahradě skrývá řada alergenů. V létě jsou nejagresivnější alergeny trávy, obilovin, bylin a plevelů, ke konci léta pak spory plísní. Pokud můžete, na zahradě tyto alegeny zlikvidujte. Popřípadě vymezte antialergickou část zahrady pro alergického potomka. Alergie totiž není radno podceňovat a je třeba je léčit včas. Alergenům je lépe se vyhýbat, protože způsobují zbytečné komplikace a zhoršují se. Nezapomínejte, že pyl se z venku dostane i do vašeho domu či bytu. Vybavte proto okna protipylovými sítěmi, doporučují se i čističky vzduchu a především dbejte na pravidelný úklid a pořádek. „Účinné zlikvidování alergenů, které si doma pěstujeme, pomáhají odstraňovat centrální vysavače. Zajišťují totiž, na rozdíl od běžných a robotických vysavačů, 100% účinnost filtrace. Vzduch s nečistotami z vysávání je odveden zcela mimo obytné místnosti a nevrací se proto s mikročástečkami prachu zpět do pokojů. Odstraníte tak veškeré alergeny, což oceníte nejen v pylové sezóně, ale i v boji proti alergenům roztočů, zvířat a plísní,“ doporučuje Jiří Najman, odborník na centrální vysavače Husky.

**Agresivní sluneční paprsky**

Dětská pokožka je výrazně citlivější na jakékoliv vnější vlivy, a UVA záření je pro děti velmi nebezpečné. Ostré slunce může kromě spálenin způsobit i úžeh, popřípadě úpal v přehřátých místnostech, autě apod. „Všem rodičům doporučují volit opalovací krémy s nejvyšším ochranným faktorem (30, 50 a 50 +)., určeny výhradně pro potřeby dětské citlivé pokožky. Malé děti do jednoho roku by neměly být na přímém slunci vůbec, protože ještě nemají dostatek pigmentu a vyvinuté potní žlázy a kromě spálení tak hrozí i přehřátí organismu,“ říká Jaroslav Sotona z internetového obchodu Prozdravi.cz. Krém by se na pokožku měl nanášet čtvrt hodiny před tím, než vyrazíte s dětmi na slunce a pak natírat každé dvě hodiny. Pokud dojde ke spálení kůže, odborníci radí použít pěnu s vysokým množstvím panthenolu, která pokožku zklidní, zchladí a pomůže k jejímu rychlejšímu hojení. Vhodná je také mastička s obsahem vápníku nebo chlorofyl. Úlevu přinese i obyčejný bílý jogurt.