**Рекомендации родителям.**

Итак, отправляясь на море с ребенком, необходимо учитывать несколько основных рекомендаций:

— ребенок не должен находиться под палящим солнцем с 12 до 16 часов;

— голова и плечи чада должны быть закрыты от прямых солнечных лучей;

— использование солнцезащитного детского крема является обязательным;

— в аптечке должно быть средство от солнечных ожогов.

Аптечку также нужно укомплектовать и положить в нее:

— жаропонижающие, противовирусные и обезболивающие средства;

-противоаллергические препараты;

— перекись, йод, спирт, зеленка, бинт и вату;

— препараты для поддержания микрофлоры кишечника;

— средства для улучшения работы желудочно-кишечного тракта;

— капли для носа, ушей и глаз;

— детские кремы для безопасного загара и солнечных ожогов;

— средства для отпугивания комаров.

Многим родителям может показаться, что все это не понадобиться. И хорошо бы, если так. Но бывают моменты, когда нет возможности бегать в поисках того или иного препарата. Для безопасного отдыха с ребенком, родителям необходимо продумать и предусмотреть все нюансы.