



МЕДИЦИНСКОЕ  
ОБСЛУЖИВАНИЕ  
И ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПИТАНИЯ В ДОУ

# Ребенка укачало в дороге. Как помочь ему

- ✔ Устройте ребенка на сиденье так, чтобы ему было удобно. Он должен располагаться по ходу движения в одном из трех положений:
  - сидя;
  - полулежа;
  - лежа со слегка запрокинутой головой.
- ✔ Обеспечьте доступ прохладного свежего воздуха (по возможности).
- ✔ Устраните сильные запахи (по возможности).
- ✔ Займите, отвлеките ребенка играми, песнями, чтением сказок, просмотром мультфильмов.
- ✔ Предложите ребенку закрыть глаза, зафиксировать взгляд на одной точке, попытаться заснуть.
- ✔ При начальных проявлениях укачивания попросите ребенка делать глубокие вдохи или имитировать зевание.
- ✔ Дайте ребенку леденец, кусочек лимона или шоколад.
- ✔ Предложите ребенку слегка сладкий чай или минеральную воду с добавлением сока цитрусовых (лимона, грейпфрута).