

Безпечний Інтернет для дітей. Правила поведінки дитини в мережі

У вік комп'ютерних технологій окрім ігрової залежності, нашим дітям загрожують і інші проблеми. Наприклад, пов'язані з безпекою поведінки в мережі Інтернет. Більшість батьків абсолютно не знають, чим займаються їхні діти в мережі і з ким вони контактують. Між тим, згідно дослідженнями, проведеними в Україні, 27% дітей у віці від 6 до 17 років підтвердили, що з ними контактували незнайомці в Інтернеті. Але найнеприємніше — це те, що третина з них охоче пішли на контакт (вислали фотографію, інформацію про сім'ю). Насторожує той факт, що тільки 57% наших батьків цікавляться, які сайти відвідують їхні діти. Дані зарубіжних дослідників ще більш лякають: 9 з 10 дітей у віці від 8 до 16 років, активно користуються Інтернетом, наштовхувалися на порнографію онлайн. І близько 50% з них хоча б один раз піддавалися сексуальному домаганню. На жаль, на просторах Інтернету дитина не тільки спілкується з однолітками або знаходить корисну інформацію. Тут його також можуть ображати або залякувати. А ще з'явився такий вид шахрайства, як фішинг, спрямований на розкрадання особистих даних (наприклад, відомостей про банківський рахунок, номер кредитної картки або паролів). І дитина для злочинців — головний об'єкт. Тому, інструкція для батьків буде корисна, щоб спробувати максимально убезпечити своїх дітей від небезпек, пов'язаних з Інтернетом.

П'ять правил для батьків, які зацікавлені в безпеці своїх дітей

1. Додайте комп'ютер в загальній кімнаті — таким чином, обговорення Інтернету стане повсякденною звичкою, і дитина не буде наодинці з комп'ютером, якщо в нього виникнуть проблеми.
2. Використовуйте будильник, щоб обмежити час перебування дитини в Мережі — це важливо для профілактики комп'ютерної залежності.

Профілактика педикульозу

Вошивість, або педикульоз – це паразитування вошей на тілі людини. Відомо три види вошей – головна, платтяна і лобкова. Всі три види харчуються кров'ю людини. Воші, в залежності від виду, знаходяться на волосяній частині голови, тулуба, у складках одягу, де вони живуть і проходять свій життєвий цикл.

Платтяні воші найкрупніші від усіх інших. Їх довжина від 2,3 до 4,7 мм. Вони живуть і відкладають яйця (гниди) в складках білизни, одягу, особливо в швах. Самка харчується 8 разів на добу. Кожного дня відкладає близько 10 гнид (всього 200-300 за все життя). Живе вона до 46 днів. Найсприятливіша температура для її життя +30 – 32 С, при зниженні температури до +10-20С вона припиняє відкладати яйця. Якщо температура тіла людини піднімається вище +37С, то воші переповзають з хворої людини на здорову. Це дуже важливий факт, тому що платтяні і головні воші можуть переносити збудників епідемічного висипного тифу, волинської лихоманки.

Харчуючись кров'ю хворої людини, воші також хворіють висипним тифом і гинуть від нього. Зараження людини відбувається не через укуси вошей, а в результаті втирання в шкіру людини інфікованих фекалій вошей.

Крім цієї загрозової ролі, педикульоз дуже неприємна хвороба. В результаті укусів на шкірі шиї, спини, попереку, пахових ямок виникають конусоподібні папули (пухирі), шкіра грубішає, темнішає, стає сухою.

Якщо вошивість у людини триває кілька місяців, то розвивається загальна реакція організму – підвищення температури тіла, м'язовий біль, особливо в ногах, пригнічений загальний стан. Тривала вошивість може призводити до виснаження організму.

Інший вид вошей – головні. Вони живуть на волосяній частині голови, частіше на потилиці, скронях, тім'ї, а також у бороді і бровах. Їх розміри трохи менші від платтяної воші. Вони відкладають яйця (гниди) біля коріння волосся, приклеюючи гниду прозорою клейкою масою. Якщо гнида знаходиться на відстані 1 см від коріння волосини, це означає, що вона була відкладена місяць тому і з неї вже вийшла воша. З яйця приблизно через 10-14 днів виходить личинка, яка через 10-14 днів перетворюється у дорослу вошу. Головні воші відкладають 4 яйця в день, 88-140 за все життя, тривалість життя їх складає 27-38 днів. Максимальна кількість головних вошей в однієї особи може сягати 200 штук. Особливо страждають при вошивості діти. Вони стають дратівливими, погано сплять, у них знижується інтерес до навчання.

Третій вид вошей – лобкова. Її розміри найменші – від 1,36 до 1,6 мм. Вона має плоску форму, що нагадує краба, тому її називають площицею або крабовидною вошею. Лобкові воші живуть на тілі людини, глибоко впиваючись у шкіру, й тут же відкладають яйця. Вони знаходяться не тільки на поверхні лобка, але й у пахових ямках, на поверхні грудей, живота, інколи живуть на бровах та віях. Лобкові воші малорухливі, тому при цьому виді педикульозу люди заражаються тільки при близькому та інтимному контактах. Зараз почастишали випадки зараження лобковими вошами в лазнях. Плодючість їх невелика, самка відкладає 3 яйця в день, 50 за все життя. Розмножуються при температурі 20-45С. Живуть до 17 днів. Запущений лобковий педикульоз перебігає важко, хворий розчісує вкушені частини тіла, іноді підозрює, що він заражений коростою.

Розповсюдження вошей відбувається при безпосередньому контакті людей, особливо при великій їх скупченості: у транспорті, на вокзалах, на ринках, в басейнах. Щоб не трапилась така біда з вами, необхідно після поїздок чи якихось сумнівних контактів, в першу чергу, оглянути свої речі, чи немає на них вошей. Особливу увагу зверніть на складки та шви білизни, де платтяні воші відкладають свої яйця. Бажано в цих випадках пройти самостійно додаткову домашню санітарно-гігієнічну обробку, тобто терміново помитися, змінити одяг і прокип'ятити його та пропрасувати речі гарячою праскою.

Особливо швидко педикульоз розповсюджується у дитячих колективах при спільному користуванні гребінцями, головними уборами, одягом, постілью, при зберіганні всіх речей разом. Носіями та розповсюджувачами вошей є люди, які не мають постійного місця проживання, ведуть безладний спосіб життя, а також особи, що не дотримуються правил особистої гігієни. При значній вошивості воші можуть переповзати по речах.

Якщо виявлено випадок педикульозу, необхідно оглянути дитячий колектив та членів сім'ї того, у кого знайдено воші. Воші можна вивести механічним шляхом (вичісування), а гниди (яйця вошей) необхідно вибирати руками. При необхідності волосся стрижуть або бриють.

При вичісуванні або обстриганні волосся. плечі, спину, груди враженого потрібно щільно закрити простирадлом чи клейонкою. Острижене волосся, вичіски збирають на папір, який потім спалюють.

Через тиждень необхідно знову оглянути враженого (якщо залишилися гниди, з них вийдуть воші) і при необхідності провести повторну обробку.

Слід пам'ятати, що дітей до 5 років, вагітних жінок – годувальниць, осіб з шкірними захворюваннями, ранами на голові обробляють лише механічним шляхом, або уважно вивчити інструкцію до застосування педикулоциду.

Для боротьби з вошами використовують препарати – „Ніттіфор”, „Педекс”, „Делацет”, „Пара-Плюс”, „Педилін”, „Хігія”, „Пермін”, „ХедРінг”, „Lavinal” та 20% водно-мильну суспензію бензил – бензоату. Препаратами слід користуватися згідно з інструкцією.

Боротьба з платтяними вошами відбувається при обробці одягу в спеціальних камерах, в домашніх умовах – прогладжуючи одяг 5 разів гарячою праскою. Прання білизни в пральних машинах при температурі води 40С не вбиває вошей. Тому її необхідно кип'ятити не менше 15 хвилин.

Позбавитись педикульозу можна тільки при одночасній обробці всіх уражених навіть поодинокими вошами, білизни, одягу, постелі та предметів обстановки.

До основних заходів профілактики педикульозу відносяться:

суворе дотримання особистої гігієни у побуті;

суворе дотримання санітарно-гігієнічного та протиепідемічного режиму у дошкільних дитячих, учбових закладах, гуртожитках, готелях, перукарнях, квартирах, під час мандрівок та активного відпочинку, тощо.

В приміщеннях регулярно проводити прибирання, постільну білизну потрібно міняти не рідше одного разу на тиждень з подальшим її кип'ятінням і прасуванням.

В перукарнях недопустиме повторне користування накидками, простирадлами, гребінцем, машинкою для стриження волосся без належної обробки.

В свою чергу до заходів по дотриманню вимог особистої гігієни, які спрямовані на попередження педикульозу, відносяться:

– регулярне миття тіла з одночасною зміною натільної та постільної білизни (не рідше 1 раз на тиждень);

– регулярний догляд за волоссям (щоденне розчісування, при потребі – стриження);

– систематичне чищення та догляд за верхнім одягом.

У дітей волосся потрібно оглядати щодня, звертаючи увагу на скроні, тім'я, потилицю. У дітей більш старшого віку волосся треба оглядати щотижня, особливої уваги потребує світле волосся.

У разі виявлення ознак наявності вошей необхідно негайно звернутись до лікаря у лікувально-профілактичний заклад за місцем проживання для проведення протипедикульозних та профілактичних заходів.

Пам'ятайте!

Воші – розповсюджувачі небезпечних інфекційних захворювань.

Суворе виконання правил особистої гігієни дозволить запобігти виникненню педикульозу.

Профілактика грипу та ГРІ

ГРІ - це велика група гострих вірусних захворювань, які передаються повітряно-крапельним шляхом передачі та переважним ураженням верхніх дихальних шляхів.

Грип є найбільш поширеним гострим респіраторним вірусним захворюванням, особливість якого у надзвичайно швидкому поширенні і вираженій інтоксикації. Механізм передачі вірусу грипу - повітряно-крапельний.

Грип може призвести до тяжких ускладнень з боку легеневої, серцево-судинної, нервової, ендокринної систем.

Профілактика захворювань

Профілактичні заходи спрямовані насамперед для підвищення резистентності організму до дії збудників грипу, а також інших ГРІ та ГРЗ.

Ефективними, особливо у період підвищення захворюваності, фахівці відзначають наступні методи профілактики:

- повноцінне харчування з включенням вітамінів у природному вигляді;
- загартовування та часте провітрювання приміщень;
- вживання загальнозміцнюючих та тонізуючо-імуномодулюючих препаратів та препаратів цілеспрямованої імуностимулюючої дії.

Високоєфективними є рекомендації загального санітарно-гігієнічного спрямування, зокрема:

- Часто мити руки з милом, особливо після відвідування;
- Прикривати ніс та рот хустинкою (або одноразовими серветками), особливо при кашлі та чиханні;
- Широко застосовувати засоби нетрадиційної (народної) медицини, гомеопатичні препарати, оксолінову мазь.

На що необхідно звернути увагу:

- Існують деякі особливості клінічного перебігу грипу у різних вікових групах. У дітей молодшого віку передусім можуть з'явитися симптоми нейротоксикозу (блювання, судоми) навіть на тлі субфебрильної температури тіла.

У осіб похилого віку на тлі ГРВІ загострюються серцево-судинні захворювання, активуються хронічні вогнища інфекції, що суттєво впливає на клінічні прояви грипу.

- Захворювання здебільшого починається гостро, з проявів загальної інтоксикації (озноб, відчуття жару, сильний головний біль, біль в очах). Хворого турбують загальна слабкість, ломота в попереку, крижах, суглобах, м'язовий біль, порушується сон.

Привертає увагу вигляд обличчя хворого: гіперемія, одутлість, блискучі очі - загалом воно нагадує обличчя заплаканої дитини. Інкубаційний період при грипі коливається від декількох годин до 3 діб.

- Здебільшого на другу добу хвороби з'являється сухий кашель, починає турбувати біль у грудях. На 3-5 добу кашель м'якшає, з'являється незначна кількість слизового мокротиння. Носове дихання порушене через набряк слизової оболонки.

- Вже в перші години температура тіла може сягати 39-40°C, утримуватись на такому рівні 2-3 доби. Проте, якщо в подальшому гарячка продовжується або розвивається її друга хвиля (загалом триває довше 5-7 діб), це свідчить про розвиток бактеріальних ускладнень.

- Лікування ГРВІ та грипу є складною проблемою, тому його має визначати лікар. Не потрібно займатись самолікуванням, це небезпечно!

При своєчасному і правильному лікуванні хвороба закінчується повним одужанням

– Використовуйте технічні засоби захисту комп'ютера: функції батьківського контролю в операційній системі, антивірус та спам-фільтр.

– Створіть «Сімейні інтернет-правила», які сприятимуть онлайн-безпеки для дітей.

– Обов'язково обговорюйте з дітьми всі питання, які виникають у них в процесі використання Мережі, цікавтеся друзями з Інтернету. Вчіть критично ставитися до інформації в Інтернеті і не ділитися особистими даними онлайн.

Програмне забезпечення для батьківського контролю за дитиною до мережі Інтернет. Фільтруємо ...

Звичайно, для здійснення батьківського контролю важливо застосовувати і різне програмне забезпечення. Встановіть будь-яку з програм залежно від операційної системи вашого комп'ютера — це допоможе відфільтрувати шкідливий вміст; з'ясувати, які сайти відвідує ваша дитина; встановити часові рамки використання комп'ютера (або Інтернету); блокувати небажані дії маленького користувача в Мережі.

Популярні програми батьківського контролю:

| «Додаткова безпека» в Windows 7 — забезпечить збереження особистих даних від усіх можливих загроз;

| «Сімейна безпека» в Windows Live — допоможе встежити за контактами та інтересами вашої дитини навіть з іншого комп'ютера;

| «Батьківський контроль» у Windows Vista — з її допомогою ви можете визначити час, коли дитина може зайти в систему, а також за допомогою фільтра встановити заборону або до окремих ігор, вузлам, програмам.

| «Батьківський контроль» в Kaspersky Cristal — крім антивірусної програми, вона дозволяє стежити за тим, по яких сайтах ходить дитина, і обмежувати відвідування «неугодних». Крім того, програма допоможе вам зберегти особисту інформацію (сімейні фото, паролі, файли) від вторгнення і розкрадання.

Сформуйте у дітей правильне ставлення до комп'ютера та мережі Інтернет

А може, просто взяти і заборонити комп'ютер взагалі? Але заборонений плід, як відомо, солодкий — і повірте, ваше чадо обов'язково знайде спосіб побувати в Мережі (від приятеля або з інтернет-кафе). Крім того, у міру дорослішання дитині знадобиться все більше навчальної інформації, яку зараз також черпають з Інтернету. Тому вихід один — потрібно сформувані у дітей правильне ставлення до можливостей комп'ютера, донести їм всю ступінь небезпеки і переконати слідувати цим простим правилам, які допоможуть зробити дитяче спілкування в Інтернеті більш безпечним.

Дитячі правила.

Як дитині вести себе в мережі Інтернет?

Прочитайте самі і ознайомте свою дитину з правилами, яких вона повинна дотримуватися, користуючись Інтернетом.

1. Ніколи не давай інформацію про себе, яка може вказати, що ти — дитина.
2. Замість фотографії користуйся мальованим аватаром.

Інтернет: правила безпеки

72,5% дітей хочуть отримувати більше інформації про те, як убезпечити себе в Інтернеті, а 77% батьків висловили бажання більше дізнатися про безпеку Інтернету для дітей. З екранів телевізорів, газетних шпальт, сторінок Інтернету постійно лунають гасла на кшталт «Діти – це наше майбутнє...» З цією думкою важко не погодитись, але чи впевнені ми в тому, що нашому майбутньому нічого не загрожує? Чи можемо сказати напевно, що попереду «кращі часи»?

Зараз Інтернет-простір, що став другою домівкою для сучасного покоління, приховує серйозну загрозу для формування особистості, а дитина ще не усвідомлює в достатній мірі рівень небезпеки, що чекає на неї серед віртуальних тенет глобальної мережі. У 2011 році вперше в Україні кафедрою превентивної роботи та соціальної політики ЮНЕСКО було проведено широкомасштабне дослідження «Рівень обізнаності українців щодо питань безпеки дітей в Інтернеті».

Дослідження виявило, що з 96% дітей-користувачів Інтернету віком від 10 до 17 років 51% не знає про небезпеки в мережі. А 44% дітей знаходяться у потенційній зоні ризику (розміщують особисту інформацію) і 24,3% вже були в ризикованих ситуаціях (ходили на зустріч з віртуальними знайомими). У віковій групі від 15 до 17 років цей показник досягає 60,3%. Діти, що більше за дорослих схильні до розвитку та змін, впевнено ідуть поруч із новітніми технологіями та провідними ідеями світу. Дитина проводить у віртуальному середовищі майже третину свого часу та краще за батьків розбирається у комп'ютері та Інтернеті. З 81% батьків, які підтвердили, що у них на домашньому комп'ютері встановлено антивірус, 95% вказали, що його установкою та налаштуванням займалась дитина. 81% батьків, які впевнені у безпеці своєї дитини в Інтернеті, вважають, що їхня дитина повідомить їх про заплановану зустріч з віртуальним знайомим, але 75% дітей, що проводили такі зустрічі, приховують цю інформацію від батьків.

Інтернет з самого початку свого існування накопичував інформацію без обмежень, табу, цензури чи застережень. Кожного разу, користуючись послугами Інтернет-ресурсів, дитина опиняється в неконтрольованому світі дорослих один на один з величезною кількістю шкідливої інформації, що, безперечно, негативно впливає на розвиток внутрішнього світу та сприйняття навколишнього середовища. Слід зазначити, що 52% дітей, в першу чергу, використовує Інтернет як засіб комунікації: віртуальні мережі є ідеальним місцем для спілкування зі своїми друзями, однокласниками, близькими.

Але одночасно дитина постійно наражається на небезпеку, коли залишає свій номер мобільного телефону (46%), домашню адресу (36%), особисті фото (51%) або спілкується з абсолютно незнайомих людьми, які можуть образити, принизити, ошукати, нашкодити як морально, так і фізично. Тому особливо гостро стоїть питання створення умов для безпечного користування інформацією Інтернет-порталів. Сьогодні вже можливо створити такі умови, щоб Інтернет назавжди став безпечним для сучасної молоді. Для цього важливо запропонувати дітям АЛЬТЕРНАТИВУ. Якщо у дитини з'явиться можливість цікаво, корисно проводити свій час у віртуальній мережі, то бажання безцільно блукати просторами Інтернету й раптово натрапляти на шкідливу інформацію або небажаних «нових знайомих» просто зникне. Творці багатьох освітніх мереж усього світу вирішують проблему безпечного Інтернету шляхом створення порталів, що надають дитині можливість не витратити свій час даремно, а розвиватись і збагачувати свій внутрішній світ у нешкідливому онлайн-просторі.

В Україні територію безпечного, захопливого, корисного віртуального світу дітям дає освітня соціальна мережа «Щоденник.ua». Саме цей портал є для молоді надійним помічником

у будь-якій сфері, а для батьків і вчителів майданчиком спільного обговорення та створення сучасної моделі навчання й виховання освіченої, успішної та впевненої у своїх силах генерації. Крім того, освітня мережа «Щоденник.ua» рекомендована до використання Міністерством освіти і науки України та відповідає всім вимогам щодо безпеки дітей в Інтернеті. Корисність, ефективність і безпечність проекту підтверджують власне користувачі. Наразі до порталу «Щоденник.ua» долучилися понад 600 000 вчителів, учнів і батьків зі всієї України, які однією з найважливіших переваг сайту назвали захищеність мережі від стороннього втручання.

Отже, безпечний Інтернет-простір, де діти мають змогу цікаво, корисно, а головне безпечно проводити час, створено. Залишилось тільки, щоб кожний дорослий усвідомив свою відповідальність за виховання молодого покоління і спрямовував його у вірному напрямку.

