

## **Детский травматизм в летний период, профилактика травматизма у детей**

Лето - самое любимое время года у детей. Это время положительных эмоций. От хорошего настроения дети начинают больше играть, больше двигаться и больше рисковать. Запретить ребёнку познавать мир невозможно. Дело родителей - подстраховать его, предупредить возможную трагедию. Одним словом, быть рядом, и даже на шаг впереди. Летом детский травматизм повышается до 20%. Наибольшее число травм происходит у мальчиков, в 2-3 раза чаще, чем у девочек. Детский травматизм и его предупреждение - очень важная и серьезная.

### **Родители обязаны предупреждать возможные риски и ограждать детей от них. Причины детского травматизма:**

1. На первое место по частоте встречаемости вышли следующие травмы: порезы, уколы разбитым стеклом или льдом, сухими ветками, сучками на деревьях, кустарниках, занозы от палок, деревянных лопаток и игрушек, досок, ушибы при катании на велосипедах, самокатах, качелях и каруселях;
2. На второе место по частоте встречаемости - травмирование во время игр торчащими из земли металлическими или деревянными предметами, невысокими пеньками сломанных деревьев на площадках для подвижных игр, а также при наличии ямок и выбоин на участке;
3. На третьем месте - падение с горок,
4. На четвертом месте - травмирование от неприкрепленной мебели в группах; травмирование при ДТП.

### **Наиболее часто встречающийся травматизм у детей - бытовой.**

Основные виды травм, которые дети могут получить дома, и их причины:

- ожог от горячей плиты, посуды, пищи, кипятка, пара, утюга, других электроприборов и открытого огня;
- падение с кровати, окна, стола и ступенек;
- удушье от мелких предметов (монет, пуговиц, гаек и др.);
- отравление бытовыми химическими веществами (инсектицидами, моющими жидкостями, отбеливателями и др.);
- поражение электрическим током от неисправных электроприборов, обнаженных проводов, от втыкания игл, ножей и других металлических предметов в розетки и настенную проводку.

#### **Ожоги**

Ожоги, включая ожоги паром, - наиболее распространенные травмы у детей. Сильные ожоги оставляют шрамы, а иногда могут привести к смертельному исходу.

#### **Ожогов можно избежать, если:**

- держать детей подальше от горячей плиты, пищи и утюга;
- устанавливать плиты достаточно высоко или откручивать ручки конфорок, чтобы дети не могли до них достать;
- держать детей подальше от открытого огня, пламени свечи, костров, взрывов петард;

- прятать от детей легковоспламеняющиеся жидкости, такие, как бензин, керосин, а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды.

### **Падения**

**Падение - распространенная причина ушибов, переломов костей и серьезных травм головы.**

Их можно предотвратить, если:

- не разрешать детям лазить в опасных местах;
- устанавливать ограждения на ступеньках, окнах и балконах.

### **Угроза выпадения из окна**

С наступлением тёплого времени года горожане открывают окна. А их дети выпадают с верхних этажей вместе с москитными сетками. Родители, будьте внимательны! Следите, чтобы дети не подходили к открытым окнам, а также не ставьте малышей на подоконник, чтобы отвлечь их. Как правило, во всех случаях падения дети самостоятельно забирались на подоконник, используя в качестве подставки различные предметы мебели, и, опираясь на противомоскитную сетку, выпадали из окна вместе с ней. (Так считают в прокуратуре). При этом подавляющее большинство падений происходили из-за недостатка контроля взрослыми за поведением детей, рассеянностью родных и близких, забывающих закрывать окна, неправильной расстановкой мебели, дающей возможность детям самостоятельно забираться на подоконники, и наличие москитных сеток, создающих иллюзию закрытого окна.

### **Основные рекомендации родителям:**

1. Не оставлять окна открытыми, если дома маленький ребенок, поскольку достаточно отвлечься на секунду, которая может стать последним мгновением в жизни ребенка или искалечить её навсегда.
2. Не использовать москитные сетки без соответствующей защиты окна - дети любят опираться на них, воспринимая как надёжную опору, а потом выпадают вместе с ними наружу.
3. Не оставлять ребенка без присмотра, особенно играющего возле окон и стеклянных дверей.
4. Не ставить мебель поблизости окон, чтобы ребёнок не взобрался на подоконник и не слетел вниз.
5. Не следует позволять детям прыгать на кровати или другой мебели, расположенной вблизи окон.
6. Не следует класть вещи в беспорядке в процессе уборки возле балконных или межкомнатных остеклённых дверей, так как ребёнок может споткнуться и нанести себе травму.
7. Преподавать детям уроки безопасности. Учить старших детей приглядывать за младшими.
8. Тщательно подобрать аксессуары на окна для детской комнаты. В частности, средства солнцезащиты, такие как жалюзи и рулонные шторы должны быть без свисающих шнуров и цепочек. Ребёнок может в них запутаться и спровоцировать удушье.
9. Посадить под окнами зелёные насаждения, особенно, если вы живёте в частном доме, которые смогут смягчить приземление в случае выпадения ребёнка из окна.

Конечно, от всего не застрахуешься, но сделать то, что в наших силах, чтобы обезопасить ребёнка, мы обязаны.

В летнее время зоной повышенной опасности становятся детские площадки, а особенно качели. Если ребенок упал с качели, он должен прижаться к земле и подальше отползти, чтобы избежать дополнительного удара. Добровольный прыжок с качели никогда не заканчивается безопасным приземлением на ноги. От резкого касания с грунтом - перелом лодыжек, берцовых костей, вывих голеностопных суставов.

### **Порезы**

Разбитое стекло может стать причиной порезов, потери крови и заражения. Стеклянные бутылки нужно держать подальше от детей и младенцев. Нужно учить маленьких детей не прикасаться к разбитому стеклу. Ножи, лезвия и ножницы необходимо держать в недоступных для детей местах. Старших детей надо научить осторожному обращению с этими предметами.

Можно избежать многих травм, если объяснять детям, что бросаться камнями и другими острыми предметами, играть с ножами или ножницами таких предметов не должно быть на детских игровых площадках.

### **Удушье от малых предметов**

За детьми всегда нужно присматривать во время еды. Кормите ребенка измельченной пищей. Кашель, шумное частое дыхание или невозможность издавать звуки - это признаки проблем с дыханием и, возможно, удушья. Следует убедиться, что с ребенком все обстоит благополучно. Если у него затруднено дыхание, нельзя исключить возможность попадания мелких предметов в дыхательные пути ребенка, даже если никто не видел, как ребенок клал что-нибудь в рот.

### **Отравления**

Ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее, например, керосин, ни в коем случае нельзя хранить в бутылках для пищевых продуктов - дети могут по ошибке выпить их. Такие вещества следует держать в плотно закрытых маркированных контейнерах, в недоступном для детей месте. Отбеливатель, яды для крыс и насекомых, керосин, кислоты и щелочные растворы, другие ядовитые вещества могут вызвать тяжелое отравление, поражение мозга, слепоту и смерть. Яд опасен не только при заглатывании, но и при вдыхании, попадании на кожу, в глаза и даже на одежду. Лекарства, предназначенные для взрослых, могут оказаться смертельными для детей. Медикаменты ребенку нужно давать только по назначению врача и ни в коем случае не давать ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста. Хранить медикаменты необходимо в местах недоступных для детей.

### **Поражение электрическим током**

Дети могут получить серьезные повреждения, воткнув пальцы или какие-либо предметы в электрические розетки; их необходимо закрывать, чтобы предотвратить поражение электрическим током. Электрические провода должны быть недоступны детям - **обнаженные провода представляют для них особую опасность.**

## Травматизм на дороге

Из всевозможных травм на улично-транспортную приходится каждая двухсотая. Но последствия их очень серьезны. Самая опасная машина -стоящая: ребенок считает, что, если опасности не видно, значит, ее нет. Но, выходя из-за такой машины на проезжую часть, 63 ребенка из 100 попавших в дорожное происшествие попадают под колеса другой машины.

Дети должны знать и соблюдать следующие правила, когда переходят дорогу:

- остановиться на обочине;
- посмотреть в обе стороны;
- перед тем как переходить дорогу, убедиться, что машин или других транспортных средств на дороге нет;
- переходя дорогу, держаться за руку взрослого или ребенка старшего возраста;
- идти, но ни в коем случае не бежать;
- переходить дорогу только в установленных местах на зеленый сигнал светофора;
- на дорогу надо выходить спокойно, сосредоточенно, уверенно и так, чтобы водитель видел тебя;
- переходить дорогу надо по перпендикуляру к оси, а не по диагонали;
- если транспортный поток застал на середине дороги, следует остановиться и не паниковать;
- маленького ребенка переводить через дорогу надо только за руку;
- надо научить ребенка не поддаваться "стадному" чувству при переходе улицы группой;
- детям нельзя играть возле дороги, особенно с мячом;
- во избежание несчастных случаев детей нужно учить ходить по тротуарам лицом к автомобильному движению.
- старших детей необходимо научить присматривать за младшими.

Несчастные случаи при езде на велосипеде являются распространенной причиной травматизма среди детей старшего возраста. Таких случаев можно избежать, если родственники и родители будут учить ребенка безопасному поведению при езде на велосипеде. Детям нужно надевать на голову шлемы и другие приспособления для защиты.

Еще ни одно увлечение детей не приводило к такому наплыву раненых, **какроллинг (катание на роликовых коньках)**, который в последнее время стал особенно популярным. В реслинге слишком высоки требования к владению телом - малейший сбой приводит к падению, что всегда чревато травмой.

Покупая ребенку роликовые коньки, научите стоять на них и перемещаться. Для этого можно подвести к перилам, поставить между двух стульев. Проследите за правильной постановкой голеностопного сустава. Обязательно приобретите наколенники, налокотники, напульсники и шлем. Это предупредит основные травмы. Научите правильно падать - вперед на колени, а затем на руки. Кататься нужно подальше от автомобильных дорог. Научите детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.

## Водный травматизм

Взрослые должны научить детей правилам поведения на воде и ни на минуту не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоемов. Дети могут утонуть менее, чем за две минуты даже в небольшом количестве воды, поэтому их никогда

не следует оставлять одних в воде или близ воды, в т.ч. -в ванной. Нужно закрывать колодцы, ванны, ведра с водой.

### **Профилактика спортивного травматизма**

При занятиях физическими упражнениями и спортом возможны различные виды травм:

ссадины, потертости, раны, ушибы, растяжения, разрывы мягких тканей, вывихи суставов, переломы костей и разрывы хрящей; ожоги, обморожения, тепловые и солнечные удары;  
обмороки, потеря сознания и т.п.

### **Необходимые условия безопасности при занятиях физическими упражнениями и спортом:**

- перед спортивными соревнованиями проводить предварительные медицинские осмотры;
- перед занятием напомнить о правилах безопасности на данном занятии и требовать их исполнения;
- перед началом занятий необходимо проверить готовность спортивной площадки, зала, убрать все посторонние и выступающие предметы;
- на спортивных площадках должны отсутствовать выступающие предметы, стекло, ямки и т.д.
- проверить исправность спортивного инвентаря, оборудования;
- дети при спортивных занятиях должны быть в соответствующей занятию в соответствующей спортивной форме; в спортивной обуви с завязанными шнурками;
- на руках не должно быть часов, браслетов, украшений и других предметов для избегания травм;
- соблюдать питьевой режим;
- не проводить соревнования в ненастную погоду (дождь, сильный ветер и т.д.)
  
- чередовать нагрузку и отдых во время занятия;
- при плохом самочувствии освободить ребенка от занятия;
  
- не допускать перегрузки детей;
- не оставлять детей без присмотра во время занятия.

# Это должен знать каждый ребенок

1

## ПРАВИЛО

Не свешивайся с балконов и из окон!

4

## ПРАВИЛО

Соблюдай правила дорожного движения!

2

## ПРАВИЛО

Не играй с огнем и электроприборами!

3

## ПРАВИЛО

Не пробуй лекарства и таблетки!

5

## ПРАВИЛО

Прежде, чем что-то сделать подумай: не опасно ли это!

