

Памятка для родителей и детей по предупреждению детского травматизма

Уважаемые родители! Жизнь и здоровье детей – самое ценное для каждого человека и страны. Не позволяйте несчастным случаям и травмам причинить вред вашим детям. Ознакомьтесь, пожалуйста, с памяткой по профилактике детского травматизма. Будьте здоровы!

Сохранить здоровье ребенка – задача каждого родителя. Обязанность родителей – обучать детей основам профилактики травматизма. При этом важно объяснить им, что опасности можно избежать, если вести себя правильно.

1. Наиболее распространенным является бытовой травматизм. Переломы, черепно-мозговые травмы возникают вследствие падений с высоты (окно, диван, коляска, подбрасывание вверх во время игры), нередко ожоги жидкостями (горячий чай, суп), ожоги от горячей плиты, посуды, утюга и других электроприборов, открытого огня. Бывают случаи и отравления неизвестными веществами.

Как можно предотвратить падения?

- ✓ устанавливать ограждения на подоконниках, балконах, не стоять и не играть в непосредственной близости от открытых окон (запомните: москитная сетка не является защитой от падений!), создавать условия, когда ребенку невозможно забраться на подоконник или предметы мебели, обеспечивать замки элементами защиты от открывания детьми;
- ✓ нельзя подбрасывать ребенка высоко вверх – он может удариться головой о потолок или люстру; о пол или о землю – в том случае, если родители не смогут поймать малыша;
- ✓ опасно оставлять ребенка на диване или на кровати без ограждения, ставить рядом;
- ✓ нельзя кормить грудного ребенка лежа в кровати; нельзя укладывать его на подушку и укрывать одеялом взрослого – ребенок может завернуться в тяжелое для него одеяло и задохнуться;
- ✓ нельзя оставлять малыша без присмотра во время купания.

2. Зоной повышенной опасности являются детские площадки и общественный транспорт:

- ✓ нельзя оставлять ребенка без присмотра на территории детской площадки и в общественном транспорте;

- ✓ ожидая транспорт, стойте на хорошо освещенном месте рядом с людьми, ребенка всегда держите за руку;
- ✓ на остановках не поворачивайтесь спиной к дороге, не пытайтесь встать с ребенком в первом ряду ожидающих троллейбус или автобус – вас могут вытолкнуть под колеса;
- ✓ детей в возрасте до трех лет нужно брать на руки, садясь в транспорт и выходя из него.

Родители! Очень важен личный пример вашего поведения на улице и в транспорте.

3. После года возрастает активность ребенка. Малыш начинает проявлять любознательность и активность. В связи с этим увеличивается опасность ожогов, травм от электрических приборов, химических ожогов пищевода, удушья от мелких предметов.

В этом возрасте часто возникает подвывих головки лучевой кости, когда взрослые резко тянут за руку ребенка при падении. Будьте осторожны, не травмируйте малыша!

Как уберечь от ожогов?

- ✓ на время не пользуйтесь скатертями; ставьте подальше от края стола емкости с горячей пищей; старайтесь не допускать приближения детей к горячим плитам, утюгам, духовым шкафам, открытому огню, ограждайте детей от легковоспламеняющихся жидкостей (бензина, керосина), а также от спичек, свечей, зажигалок, бенгальских огней, петард;
- ✓ нельзя пользоваться без присмотра взрослых пиротехническими средствами: хлопушками, петардами, фейерверками, – можно получить тяжелые ожоги, потерять зрение, искалечиться и даже погибнуть.

Также нельзя хранить дома отнесенные к взрывоопасным средствам следующие вещества:

- ✓ ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты. Их нельзя хранить в бутылках для пищевых продуктов – дети могут по ошибке их выпить. Такие вещества нужно хранить в плотно закрытых маркированных контейнерах, в недоступном для детей месте;
- ✓ будьте также внимательны при сборе грибов, ягод и растений; не собирайте и не употребляйте в пищу грибы, растения и ягоды, которые вам неизвестны.

4. Как избежать удушья от мелких предметов?

- ✓ не кормите детей пищей с мелкими элементами костей, семечками;
- ✓ не оставляйте детей без присмотра во время еды;
- ✓ старайтесь кормить ребенка измельченной пищей;
- ✓ пресекайте баловство за столом, смех и игры;
- ✓ покупайте игрушки, от которых невозможно отсоединить мелкие части;
- ✓ занятия с мелкими деталями (мозаика, конструктор) проводите совместно – не оставляйте малыша одного во время игры.

5. В школьном возрасте появляются следующие виды травм: спортивные, уличные, автотравмы. Чтобы избежать их, при занятии спортом надевайте защиту – наколенники, шлемы, перчатки и т.д.

6. Важно помнить правила поведения на воде.

- ✓ помните, дети могут утонуть менее чем за две минуты даже в небольшом водоеме;
- ✓ никогда не оставляете малышей одних в воде или близ воды.

7. Профилактика травматизма у детей раннего возраста.

Профилактика детского травматизма является важной медико-социальной проблемой. Полученная ребенком травма может привести к тяжелым последствиям, а иногда и к гибели. Нередко травма, полученная в детстве, становится причиной стойких функциональных нарушений в организме. Так, переломы могут привести к искривлению или укорочению конечности. Рубцы, остающиеся после ожогов, стягивают суставы, ограничивая их подвижность. Недостаточная двигательная активность пальцев вследствие ранения кисти ограничивает впоследствии выбор профессии. После сотрясения мозга пострадавшие многие годы жалуются на головные боли, бессонницу, плохую память, невозможность сосредоточиться.

У детей раннего возраста в основном наблюдаются бытовые травмы: падения, ушибы, ожоги, отравления, ранения острыми, колющими предметами, попадание в дыхательные пути рвотных масс, мелких предметов.

Статистика неумолимо свидетельствует: маленькие дети чаще всего получают травму по вине взрослых. Это сигнал нам, взрослым, о том, что при появлении в доме малыша необходимо во многом пересмотреть свое поведение.

Так, открытые окна и балконные двери могут привести к трагическим последствиям, неубранные лекарства – стать причиной тяжелого отравления малыша. Травмы детей до года часто вызваны выпадением из коляски, падением с кровати, дивана, стула. В более старшем возрасте дети часто падают с высоты – с горки, лестницы и т.д. В результате таких падений могут возникнуть не только ушибы, но и более тяжелые повреждения – переломы костей, сотрясение мозга, разрывы тканей или что хуже внутренних органов.

Родители должны создать для ребенка безопасную среду пребывания. Например, дома следует устранить нагромождение мебели, закрепить люстры, книжные полки, картины, оградить батареи центрального отопления, исключить возможность контакта ребенка с электророзеткой, оголенным проводом.

По недосмотру взрослых малыш может получить травму от контакта с огнем (печи, плиты, спички), электроприборами, щелочами, кислотами. Причиной ожога ребенка могут быть горячая жидкость, которую взрослые беззаботно оставляют на краю плиты, стола или ставят на пол. Возможны ожоги во время купания ребенка, когда его опускают в ванну или начинают подмывать из крана, не проверив температуру воды. Маленький ребенок может обжечься и при использовании грелки, если температура воды в ней превышает 40-60 градусов.

На площадке, где гуляют дети, не должно быть битого стекла, гвоздей, необструганных досок, ящиков – при недостаточном надзоре ребенок может не только занозить себе руки, пораниться стеклом, торчащими палками, гвоздями, но и съесть какое-нибудь ядовитое растение, ягоду или гриб.

У детей рано возникает стремление к самостоятельному удовлетворению своих потребностей, к действиям без помощи взрослых. Однако отсутствие знаний об окружающей обстановке часто служит причиной возникновения травм, так как ребенок берется выполнять действия, которые еще не освоил в полной мере.

Родители должны как можно раньше начинать формирование у ребенка навыков безопасного поведения, травматологической настороженности. Наилучшей формой такого воспитания являются игры, с помощью которых малыш лучше усваивает необходимые навыки. Во время игр и занятий уже с двух лет можно обучать ребенка навыкам пользования острыми и режущими предметами, правилам обращения с горячей посудой, жидкостью, пищей и другим. Прогулки по улицам следует использовать для практического обучения детей правилам поведения на улицах города. С этой же целью можно использовать картинки, книги.

В предупреждении травм у детей существенное значение имеет уровень физического развития ребенка. Физически развитые дети, ловкие, с хорошей координацией движений

редко получают травмы. Следовательно, занятия физическими упражнениями, подвижными играми, спортивными развлечениями являются не только средством укрепления здоровья ребенка, но и одной из мер профилактики травматизма.

Каждый год в мире от травм гибнет огромное количество детей. Травматизм – одна из основных причин смертности и инвалидности среди детей младшего возраста.

Наиболее распространенные травмы связаны с падениями, ожогами, утоплениями и дорожно-транспортными происшествиями. В основном травмы происходят дома или вблизи него.

В зависимости от причин и обстоятельств возникновения повреждений различают следующие виды детского травматизма: бытовой, транспортный, школьный и спортивный. Чаще встречается бытовой травматизм. Бытовым травматизмом считаются повреждения, которые дети получили дома, в квартире, во дворе или саду. Повреждения бывают различными, но самые опасные из них – ожоги пламенем, химическими веществами и падение с высоты.

Причины бытового травматизма разнообразны, но чаще всего это недостаточный досмотр родителей. Оставленные в доступном для малышей месте иглы, гвозди, лезвия бритв могут привести к травме, а иногда и к смерти. То же самое касается и газовых плит, обнаженных проводов электросети, открытых окон, лестниц.

8. Дети до трех лет очень подвижны. Перед ними раскрывается новый неизвестный мир и стремясь познать его, они пробуют предметы на ощупь, на вкус, их привлекают яркие, блестящие предметы, которые сделаны из стекла. Играя с такими предметами, как иглы, булавки, гвозди, пуговицы, монеты, малыши могут пораниться или проглотить их.

У дошкольников и учеников младших классов повреждения могут быть предопределены другими причинами. Эти дети подвижные и несдержанные. Они редко получают травмы в квартире или в школе – авторитет взрослых является каким-то барьером, поэтому дети пытаются лишиться присмотра и охотно проводят досуг со своими ровесниками, катаясь на велосипедах, самокатах, санках, лазая по деревьям, по лестницам, в открытые люки. Поэтому необорудованные детские площадки, загроможденные двory, открытые люки, канавы, неисправные лифты, перила лестниц, неисправные велосипеды тоже очень опасны. Особенно опасны для детей стройки и не огражденные участки, где проводятся ремонтные работы. Часто дети падают с высоты – балконов, лестниц, деревьев, что тоже приводит к тяжелым травмам.

9. Профилактика травматизма у детей дошкольного и школьного возраста.

Детский травматизм и его предупреждение – очень важная и серьезная проблема.

Несмотря на большое разнообразие травм у детей, причины, вызывающие их, типичны. Прежде всего, это не благоустроенность внешней среды, халатность, недосмотр взрослых, неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом.

Работа по предупреждению травматизма это:

- 1) устранение травмоопасных ситуаций;
- 2) систематическое обучение детей основам профилактики травматизма.

Важно при этом не развить у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно.

10. Травматизм на дороге.

С раннего возраста ребенка нужно обучать правилам поведения на улице, повышенному вниманию в отношении транспорта. Самая опасная машина – стоящая: ребенок считает, что если опасности не видно, значит, ее нет. Но выходя из-за такой машины на проезжую часть, ребенок может попасть под колеса другой машины.

Дети должны знать и соблюдать следующие правила при пересечении проезжей части:

- ✓ 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 тебя видел;
- ✓ переходить дорогу надо по перпендикуляру к оси, а не по диагонали;

- ✓ если транспортный поток застал на середине дороги, следует остановиться и не паниковать;
- ✓ детям нельзя играть возле дороги, особенно с мячом.

Во избежание несчастных случаев детей нужно учить ходить по тротуарам лицом к автомобильному движению.

При перевозке ребенка в автомобиле, необходимо использовать специальное кресло и ремни безопасности, ребенка надо посадить сзади и справа.

11. Водный травматизм.

Взрослые должны научить ребенка правилам поведения на воде. Малыш может утонуть даже в небольшом количестве воды, поэтому детей никогда не следует оставлять без присмотра в воде или близ воды, в том числе в ванной.

Нужно закрывать колодцы, ванны, ведра с водой.

Ребенка нужно научить плавать с раннего возраста.

12. Ожоги.

Ожогов можно избежать, если:

- ✓ держать детей подальше от горячей плиты, горячей 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 (бензин, керосин), а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды.

13. Удушье от малых предметов.

Маленьким детям не следует давать еду с маленькими косточками или семечками. 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. Если у ребенка затруднено дыхание, нельзя исключить возможность попадания мелких предметов в дыхательные пути малыша, даже если никто не видел, как он клал что-нибудь в рот.

14. Отравления.

Ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее нельзя хранить в бутылках для пищевых продуктов – дети могут по ошибке их выпить. Такие вещества следует держать в плотно закрытых маркированных контейнерах, в недоступном для детей месте. 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 лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста. Хранить медикаменты необходимо в местах, недоступных для детей.

Очень важно для взрослых самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни. Не забывайте, что вы являетесь примером для своего ребенка.

