

ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА

Травма (повреждение) – результат внезапного воздействия на организм ребенка какого-либо фактора внешней среды, нарушающего анатомическую целостность тканей и протекающие в них физиологические процессы.

Детский травматизм – повреждение, повторяющиеся среди детей различных возрастных групп в аналогичных условиях.

Наиболее часто встречающийся травматизм у детей – бытовой.

ОСНОВНЫЕ ВИДЫ БЫТОВЫХ ТРАВМ:

- 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 других);
- отравление (бытовыми химическими препаратами или медикаментами);
- поражение электрическим током (от неисправных электроприборов, обнаженных проводов, от втыкания металлических предметов в розетки и настенную проводку).

Ожогом можно избежать, если:

- держать детей подальше от открытого огня, пламени свечи, костров, взрывов петард;
- протирать от детей легко воспламеняющиеся жидкости, такие, как бензин, керосин, а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды;
- переносить или устанавливать посуду с горячей жидкостью с учетом повышенной активности детей;
- не разрешать детям играть в местах приготовления пищи, стирки белья, мойки посуды и прочего.

Падение – распространенная причина ушибов, переломов костей и серьезных травм головы. Их можно предотвратить, если:

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

Удушья от мелких предметов можно избежать, если:

- проверить все игрушки на маленькие детали и удалить их;
- не давать детям мелкие предметы;
- давать детям достаточно измельченную пищу без косточек или семечек;
- пресекать разговоры и шалости во время еды;
- не давать детям младшего возраста орехи, твердые бобы, жевательную резинку, леденцы и т.п.

Отравление можно избежать, если:

- ядовитые, химические и опасные вещества хранить в плотно закрытых маркированных контейнерах, в недоступном для детей месте;
- хранить медикаменты в местах недоступных для детей;
- давать медикаменты ребенку только по назначению врача, никогда не давать лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста.

Поражение электрическим током можно избежать, если:

- не разрешать детям самостоятельно включать электрические приборы;
- содержать в исправности электропроводку;
- электрические розетки защитить от доступа к ним ребенка, провода надежно изолировать;
- постоянно вести разъяснительную работу об опасности электрического тока и мерах безопасности.

Все дети имеют право на безопасную окружающую среду и заслуживают защиты от травм.

Детский травматизм – серьезная проблема, но если научить ребенка правилам безопасности, многих травм удастся избежать!

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ (ДОМА) ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕКТРОПРИБОРАМИ

Не включай в сеть сразу много электроприборов – это может привести к перегрузке электрической сети, что может спровоцировать пожар. Выключая электроприбор, не ленись, отключи его от электричества, вытащив вилку из розетки. Будь аккуратен! Не тяни за провод, он может оборваться. Кстати, проследи за тем, чтобы у тебя были чистые и сухие руки, в противном случае возможен риск удара током. Лучше чтобы у каждого электроприбора была своя розетка, так тебе не придется постоянно переключать электроприборы.

Неисправный прибор или поврежденная проводка могут вызвать пожар. Если вдруг загорелся сам прибор или электрический шнур, ни в коем случае не заливай огонь водой. Позови взрослых, позвони 01 или 112, отключи прибор от электросети, а потом забросай огонь землей, например, из цветочных горшков.

Если ты почувствовал запах горящего пластика, это может означать, что начала плавиться изоляция. В таком случае немедленно выключи все электроприборы и лампочки. Осторожно потрогай розетки – не горячие ли они. Если крышка розетки нагрелась, больше не используй ее, пока взрослые не установят причину нагрева.

Никогда неисправность электроприбора приводит к короткому замыканию. В таких случаях свет в доме гаснет, остальные приборы отключаются. Как быть? Если в этот момент в доме нет взрослых, обрати за помощью к соседям. Но не предпринимай ничего самостоятельно – поражение электрическим током очень опасно и в некоторых случаях может привести к смерти.

ЕСЛИ ДОМА ПРОИЗОШЕЛ ПОЖАР

- ✓ Немедленно выйди из комнаты, в которой возник пожар!
- ✓ Быстро набери номер «01». Это номер пожарных и спасателей. Не волнуйся. Объясни диспетчеру, что случилось. Назови свою фамилию, имя и домашний адрес.
- ✓ Выйди из квартиры, позвони в дверь соседям, предупреди их о пожаре.
- ✓ Покидая дом, спускайся по лестнице, не пользуйся лифтом.

При задымлении закрой нос и рот мокрой тканью; носовым платком, шарфом, краем рубашки.

- ✓ Никогда не пытайся самостоятельно тушить пожар.
- ✓ Не прыгай от огня под кровати, столы, в шкафы и за мебелью!



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ПРИРОДЕ ПОВЕДЕНИЕ В ЛЕСУ

Не ходи в лес без взрослых, особенно если не знаешь местности. Если ты отправился в поход, не отставай от группы и внимательно слушай руководителя.

Поехал за грибами – изучи, какие собирать можно, какие – нет. Помни, что грибы могут быть опасным ядом.

Помни о крупных лесных пожарах, которые могут возникнуть по вине человека.

Следуй рекомендациям:

- ✓ Не пользуйся в лесу открытым огнем и не разжигай костров.
- ✓ Если костер был разведен, уходи обязательно затуши его.
- ✓ Не бросай бутылки или осколки стекла, так как они способны сработать как оптические линзы.
- ✓ Если ты увидел возгорание в лесу, немедленно сообщи об этом взрослым, вызови экстренные службы с мобильного телефона!
- ✓ И, конечно, береги природу и красоту леса – уберись за собой мусор!



ПОВЕДЕНИЕ НА ВОДЕ, ПЛЯЖЕ

Никогда не купайся в одиночку в незнакомом месте (неизвестная глубина, камни, коряги). И никогда не заплывай один далеко от берега – только со взрослыми, которые хорошо плавают. Запомни: безопаснее всего купаться в зоне, огороженной буйками или поплавами.

В холодную воду заходи медленно. Не ныряй и не прыгай с обрыва в воду, если ты не уверен, что дно чистое. Сначала поплавай, а еще лучше – укрой у местных ребят, нет ли под водой затопленных бревен или арматуры – ржавых желез, о которые можно пораниться.

Не купайся в реке, по которой плавают катера или суда. Или, по крайней мере, держись от них подальше. Волна от катера может накрыть тебя с головой, а если ты подплываешь слишком близко к судну, тебя может затянуть под винты.

Не устраивай в воде игры с шуточными «утоплениями».

Пользоваться надувным матрасом (кругом, автомобильной камерой) надо только под присмотром взрослых.

Если ты плохо плаваешь, держись поближе к берегу. Так, чтобы в любой момент можно было коснуться ногамидна.

Устал плавать? – отдохни, не старайся установить рекорд по плаванию. От перенапряжения могут начаться судороги. Так бывает не только в холодной воде. Если это случилось, окунись в воду с головой на секунду, ухвати ступню за пальцы и, расправив сведенную судорогой ногу, с силой потяни за большой палец ступню на себя. Выпрямляй ногу локтем вперед.

БЕЗОПАСНОСТЬ НА УЛИЦЕ ЕСЛИ ТЫ ПЕШЕХОД

- ✓ Передвигаться нужно по пешеходным дорожкам.
- ✓ Переходить дорогу следует в специально отведенных для этого местах и только на зеленый сигнал светофора.
- ✓ Прежде чем переходить дорогу, посмотри налево, а потом направо. Дорога пустая? Можешь переходить.
- ✓ Не переходи дорогу на красный сигнал светофора, даже если поблизости нет машин.
- ✓ Не отвлекайся на разговоры, когда переходишь дорогу. Будь предельно внимательным!
- ✓ Если ты что-то уронил, не задерживайся на дороге, пытайся поднять свои вещи.
- ✓ Не играй у проезжей части и не перебегай дорогу неожиданно для водителей.

ЕСЛИ ТЫ В АВТОМОБИЛЕ

Не обижайся на родителей, за то, что они запрещают тебе садиться на переднее сиденье. Помни, что дети до 12 лет могут ездить только на заднем сиденье с применением специальных автомобильных кресел или пристегнутом состоянии. Обязательно пристегнись ремнем безопасности, когда сядешь в автомобиль, и напомни сделать это родителям!

Если произошла авария – сохрани спокойствие! Напряги мышцы, постарайся защитить голову и грудь, спиной вдаваясь как можно сильнее в сиденье автомобиля. Покинув автомобиль, попытайся помочь пострадавшим, окажи им первую медицинскую помощь. Позови на помощь взрослых: прохожих или водителей проезжающих мимо автомобилей, вызови «скорую помощь» и сотрудников ГИБДД.

НЕ ЗАБУДЬ!

- ✓ Не разговаривай на улице с незнакомыми людьми, каким бы заманчивым не было предложение – не принимай подарков и не соглашайся прийти в гости, скидить в незнакомое место, в кино, кафе.
- ✓ Не подходи к незнакомым машинкам и не соглашайся садиться внутрь. Не принимай приглашения поехать до дома или просто покататься.
- ✓ В случае нападения необходимо быстро сориентироваться в ситуации и действовать: подними шум, кричи: «Я его не знаю!» – привлеки внимание прохожих. Зови на помощь и попытайся вызвать полицию.

ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

- Единый телефон пожарных и спасателей – 01
- Полиция – 02
- Скорая медицинская помощь – 03

