

В копилку для родителей



О детском травматизме

Основные причины травматизма

Детский травматизм и его предупреждение – очень важная и серьезная проблема, особенно в период летних каникул, когда дети больше располагают свободным временем, чаще находятся на улице и остаются без присмотра взрослых.

Несмотря на большое разнообразие травм у детей, причины, вызывающие их, типичны, прежде всего, это:

- ✓ неблагоустроенность внешней среды - неисправное или плохо закрепленное оборудование и инвентарь;
- ✓ неблагоприятные погодные условия;
- ✓ неподходящая обувь или одежда;
- ✓ недосмотр взрослых их халатность и отсутствие страховки;
- ✓ чрезмерная нагрузка;
- ✓ неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом.



Естественно, возникновению травм способствуют и психологические особенности детей:

- ✓ любознательность;
- ✓ большая подвижность и эмоциональность;
- ✓ недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности.

Рейтинг детского травматизма

На **первое место** по частоте встречаемости вышли следующие травмы: порезы, уколы разбитым стеклом или льдом, сухими ветками, сучками на деревьях, кустарниках, занозы от палок, досок. Ушибы при катании на велосипедах, самокатах, качелях и каруселях, лыжах, салазках, ледянках. Травмирования при катании на ногах с ледяных горок, на санках, во время перемещения в гололедицу по скользким дорожкам, наружным ступенькам, площадкам, не



очищенным от снега и льда и не посыпанным специальным составом.

На **второе место** по частоте встречаемости – травмирования во время игр на неочищенных от снега и льда площадках; торчащими из земли металлическими или деревянными предметами, невысокими пеньками сломанных деревьев на площадках для подвижных игр, а так же при наличии ямок и выбоин на участке.

На **третьем месте** – травмы при прикосновении в морозный день к металлическим конструкциям лицом, руками, языком. Падение с горок, «шведских стенок» в случае отсутствия страховки взрослого. Травмирования от падающих с крыш сосульках, свисающими глыбами снега в период оттепели.

На **четвертом месте** – травмирования от плохо закрепленной мебели или любого другого оборудования; при ДТП. Нередки и электротравмы.

Помимо всего прочего общеизвестно, что слабые, плохо развитые физически дети в большой степени подвержены травматизму. Здоровому и крепкому ребенку даже многократные падения во время игр на твердую поверхность (почву, деревянный пол или лед) не опасны. Такой ребёнок при падении легко переводит свое тело в благоприятное положение. Да и падает он гораздо реже благодаря хорошей координации движений.

Дети, страдающие гиподинамией, избыточным весом, имеют больше шансов получить серьезную травму, если случайно оступились на лестнице или поскользнулись на улице во время прогулки. У детей, регулярно занимающихся физическими упражнениями, уже к 5-7 годам вырабатываются навыки и двигательные умения по само страховке, но тем не менее и в этот период нельзя ослаблять внимание к ребенку.

Если вы разместили в квартире спорткомплекс, то, прежде чем допустить ребенка к занятиям, тщательно проверьте, надежность закрепления всех деталей. Исправность снарядов надо отслеживать и во время занятий, и потом периодически проверять (могут расшататься стойки, перекладины, перетереться канат и т.д.). На пол, где расположен спорткомплекс, обязательно стелется что-нибудь мягкое, заменяющее гимнастический мат. Особое внимание следует уделить страховке – слегка поддерживать с ребенка, осваивающего сложное для него упражнение, а в случае неудачи предупредить падение.

Основные меры профилактики детского травматизма

Обеспечить максимальную безопасность ребенка - основная цель родителей и лиц, которые отвечают за детей. Мы не можем уберечь наших маленьких шалунов от несчастных случаев на 100%, но основные меры профилактики знать и выполнять должен каждый:

- ✓ Ребенка учите безопасности с самого малого возраста: проводите беседы с детьми, рассказывайте о травмах и их последствиях, приводите примеры.



- ✓ Чем меньше малыш, тем больше времени его нельзя упускать из вида. Всегда будьте уверены и проверяйте, чтобы острые предметы, химия, кипяток, огонь и прочие опасности были недоступны для детей.
- ✓ Проверяйте знания детей-школьников о правилах дорожного движениях, поведения на улице, безопасности в школе, на спортивных секциях.
- ✓ Учите детей, что нужно делать, если травма уже произошла.
- ✓ Перед выходом ребенка в сад, школу, на прогулку, убедитесь, что его обувь, одежда и игрушки не могут стать причинами травмы (развязавшийся шнурок на обуви, отколовшаяся пуговица, неисправный зонт, посторонние предметы в карманах и т. п.).
- ✓ Нужно помнить, что избежать детских травм намного проще, чем исправлять печальные последствия.
- ✓ Профилактика детского травматизма должна стать частью вашего образа жизни, и тогда ваши дети будут максимально защищены от окружающих опасностей.



Поведение взрослых при несчастных случаях и травмах у детей

Реакция детского организма на травму отличается от реакции взрослого. Обморок – легкий вид потери сознания, случается у детей независимо от их состояния. Причинами могут послужить небольшие ранки с незначительным кровотечением, не только у себя, но и у товарища. В таком случае его надо посадить или положить, дать ему понюхать нашатырный спирт и потереть им виски.

При тяжелой травме обычно возникает травматический шок. Способствует его развитию повышенная реакция на боль и сильный испуг. Ребенок покрывается холодным потом, бледнеет, пульс учащается и едва прощупывается, кровяное давление падает, температура тела снижается. Пострадавший не реагирует на окружающее. Коллапс, основной причиной которого является внезапное резкое падение давления, имеет много общего с шоком. Доврачебная помощь ребенку, находящемуся в состоянии травматического шока, заключается в смягчении или устранении вызвавших его причин (создание покоя для поврежденной конечности, остановка наружного кровотечения и т.д.) надо успокоить больного и согреть, а главное, как можно скорее доставить его в медицинское учреждение при максимально щадящей транспортировке.

ЕСЛИ РЕБЕНОК УШИБ ГОЛОВУ

Необходимо уложить его в постель, намочить салфетки холодной водой и прикладывать к голове, а по мере согревания менять их. Следить за состоянием ребенка. Признаки сотрясения мозга: головокружение, тошнота, рвота. В этих случаях надо вызвать врача.

ОЦАРАПАЛСЯ, ПОРЕЗАЛСЯ

Промыть ранку, ссадину, царапину перекисью водорода. Края места повреждения смазать настойкой йода или бриллиантовой зелени,



наложить повязку. Если ранка глубокая обратиться к хирургу: возможно, потребуется наложить швы.

УПАЛ С ВСЫСОТЫ

Сильно ушиб ногу или руку. Если появляется отек буквально на глазах, ребенок жалуется на сильную боль, возможно, это перелом. Не следует ощупывать ушибленное место, этим только усилите боль. Ребенку станет легче, если, доставляя его в медицинское учреждение, руку взять на перевязь, ногу прибинтовать к ровной доске, широкой линейке.

ОТМОРОЗИЛ ПАЛЬЦЫ РУК ИЛИ НОГ, КОНЧИК НОСА ИЛИ ЩЕКИ

Первая помощь заключается в энергичном растирании отмороженного места чистым платком или полотенцем, смоченным водкой или спиртом. Продолжать эту процедуру до появления чувствительности кожи, а после этого наложить повязку с вазелином. Нельзя растирать отмороженное место снегом (снег как наждачная бумага, дополнительно травмирует кожу). Если отморожение глубокое и чувствительность долго не восстанавливается, растирание следует прекратить. Наложить повязку. Согреть ребенка горячим питьем и поскорее доставить в больницу.

ПОЛУЧИЛ ОЖОГ

Получил ожог кипятком, горячей пищей. Поставить обожжённый участок тела под струю холодной воды, это уменьшит боль. Если появились пузыри – не прокалывать их. Сильный ожог. Когда его площадь достаточно велика (больше ладони ребенка), требует экстренной медицинской помощи. До приезда «скорой» ничем не смазывать, не присыпать.

ПРОГЛОТИЛ ЛЕКАРСТВА

(Из аптечки взрослых), принял их за конфеты. Поскорее вызвать у ребенка рвоту, засунув ему в рот обернутый бинтом палец и надавить на корень языка. Желательно выяснить, сколько таблеток он проглотил, и какие? Если известно, сколько их было в упаковке, флаконе, посчитать оставшиеся. Вялость, сонливость, как резкое возбуждение, - признаки лекарственного отравления, срочно вызвать скорую!

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, ЗАПОМНИТЕ!

Правильно оказанная первая помощь облегчает дальнейшее лечение. Старайтесь успокоить ребенка, если он испуган, не показывайте ему своего волнения, действуйте быстро и без суеты. Даже если травма вам показалась не слишком серьезной и вы успешно сами помогли ребенку, его все равно как можно скорее нужно показать врачу, потому что впечатление хорошего самочувствия может быть обманчивым. Ушибы могут вызвать внутренние кровоизлияния, сотрясения мозга, а так же другие травмы, способные повлечь серьезные последствия.

