

## Профилактика детского травматизма в летний период.

В летний период у детей возрастает частота ссадин, ушибов, переломов, повреждений органов грудной и брюшной полостей, черепно-мозговых травм, полученных во дворах, на улице. Зоной повышенной опасности становятся детские площадки, особенно качели.

Опасны и ожоги пламенем, которые наиболее часто наблюдаются у ребят среднего и старшего возраста во время игр с огнеопасными предметами и вблизи костров.

Серьёзную озабоченность вызывают поражения электрическим током, который вызывает не только глубокие ожоги, но и остановку сердца, дыхания, что требует немедленного проведения реанимационных мероприятий. Причина поражений часто кроется в неисправных проводке и электроприборах, которые берутся ремонтировать сами ребята, не обладая достаточными навыками и знаниями техники безопасности.

При занятиях лёгкой атлетикой (бег, прыжки, метание снарядов) возможны травмы стопы, голеностопного сустава, растяжение связочного аппарата локтевого и лучезапястного суставов, переломы костей предплечья и голени. Их причиной могут быть неудовлетворительное состояние мест проведения занятий: дефекты грунта, ямы, посторонние предметы на беговой дорожке, малая площадь мест для метания гранаты и диска, неудовлетворительное состояние одежды и обуви.

Подвижные спортивные игры (волейбол, баскетбол) могут привести к травмам нижних и верхних конечностей (ушибы, растяжение сумочно-связочного аппарата, вывихи суставов, переломы костей).

Дети страдают также от укусов домашних животных (кошек, собак), а кусанные раны, как правило, плохо заживают.

Ежегодно наблюдаются случаи гибели детей на воде. Причинами являются: неумение плавать, катание на случайных предметах (неисправные лодки, самодельные плоты), баловство на воде, попытки переплыть реку или озеро, купание в незнакомых, необорудованных местах. Особенно опасны карьеры. Следует объяснить ребятам опасность ныряния вниз головой в незнакомых местах. Такое ныряние нередко заканчивается ударом головой о корягу, затопленные мостки, камень. В результате перелом основания черепа, шейных позвонков. Не давайте детям с собой и не привозите в лагеря трубки и маски для подводного плавания. Стремясь поскорее опробовать эти приспособления, мальчишки и девчонки идут купаться тайком. Неумелое использование трубки и маски может привести к трагедии.

Особого внимания заслуживает травматизм при езде на велосипедах; на детей в возрасте 10–14 лет приходится половина подобных повреждений.

Характер травм разнообразен: от лёгких ссадин при падении до крайне тяжёлых комбинированных повреждений, в ряде случаев заканчивающихся смертельным исходом. Непосредственной причиной этих тяжёлых увечий являются наезды и столкновения с движущимся транспортом.

Травмы, причинённые детям транспортными средствами, встречаются редко, однако они отличаются наибольшей тяжестью. Основной причиной возникновения дорожно-транспортных происшествий с участием детей зачастую является их поведение, которое не учитывает требований правил дорожного движения: переход проезжей части в неустановленном месте, игнорирование сигналов светофора, отсутствие на одежде, рюкзаках, сумках световозвращающих элементов. Детский дорожно-транспортный травматизм имеет ярко выраженную сезонность – наибольшее число ДТП происходит в летнее время, когда у детей много свободного времени, они остаются без контроля со стороны взрослых.

Несмотря на индивидуальность каждого несчастного случая, оказывается, что за массой кажущихся случайностей стоят строго определённые закономерности:

особенности детской психики (беспомощность, любопытство, самонадеянность, отсутствие причинно-следственного мышления, минимальный уровень знаний, ошибочное представление об окружающих явлениях);

- повышенная двигательная активность;
- беспечность родителей;
- отсутствие организованного досуга (игровых площадок, интересных для детей секций, кружков).

### **Памятка для ребёнка**

- не бегай по дому;
- не лазь по деревьям, крышам сараев и гаражей;
- соблюдай осторожность, катаясь на качелях;
- занимаясь в секциях и кружках, выполняй требования тренера, не залезай на турники без разрешения и не прыгай с них;
- находясь дома, не балуйся с газовой или электроплитой, со спичками;
- не играй с огнеопасными предметами, а также вблизи костра без присмотра взрослых;
- не пытайся самостоятельно отремонтировать неисправные электроприборы;
- не играй на стройплощадках, не подходи к работающей или оставленной без присмотра строительной технике
- переходи дорогу только на зелёный свет светофора и только по пешеходному переходу; в местах, где нет светофора, не забывай посмотреть, нет ли машин, сначала – слева, затем – справа;
- не катайся на велосипеде по проезжей части дороги;

- играя в футбол или другие подобные игры, не выбегай за мячом на дорогу.

### **Родители, помните:**

- ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее, например, керосин, яды для крыс и насекомых 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;
- электрические розетки закрывайте, чтобы предотвратить электротравму у ребёнка, электрические провода должны быть не доступны детям - обнажённые провода представляют особую опасность;
- средства передвижения (велосипеды, скейтборды, роликовые коньки) - важно научить ребёнка безопасному поведению при езде на велосипеде - они должны соответствовать возрасту ребёнка, быть исправны и родителям не стоит экономить на экипировке (шлем, наколенники и т.п.). Родители, обучите ребёнка правилам поведения на дороге, в машине и общественном транспорте, обеспечьте безопасность ребёнка в транспорте; как только ребёнок научился ходить, его нужно обучать правильному поведению на дороге;
- правила поведения на воде - водные процедуры должны проходить в отведенных местах и обязательно под контролем взрослых; нарушение правил поведения на воде при купании и нырянии приводит к получению различных травм и даже утоплению, чтобы предотвратить неприятности, не оставляйте детей одних в воде или близ воды, не ныряйте в малознакомых водоёмах; закрывайте колодцы, ванны, вёдра с водой; научите детей плавать с раннего возраста;
- солнечные ожоги и тепловые удары (перегрев) - если дети на солнце находятся без головного убора, необходимо сократить время пребывания на солнце в часы его высокой активности, лучшее время для приёма солнечных ванн до 10-11 часов утра и после 17.00 вечера;
- аллергические и токсические реакции от укусов насекомых - у ребенка может появиться отек, крапивница, температура, озноб, не нужно надеяться на самих себя, травматологические пункты работают круглосуточно, там вам окажут первую медицинскую помощь.
- - падение - частая причина ушибов, переломов костей, травм головы это падение с высоты: гаражей, заборов, деревьев, окон, а также открытые

люки; падения возможно предотвратить, если не разрешать детям лазать в опасных местах, устанавливая ограждения на ступеньках, окнах и балконах, объяснить ребёнку, почему опасны игры на строительных площадках, участках, где проводят ремонтные работы, в заброшенных зданиях и т.д.;

- - порезы - разбитым стеклом, острыми металлическими предметами. Стекланные бутылки, ножи, лезвия и ножницы необходимо держать в недоступных для детей местах. Старших детей надо научить осторожному обращению с этими предметами. Объясните детям, что бросаться камнями и другими острыми предметами, играть с ножами или ножницами опасно. Острые металлические предметы, ржавые банки могут стать источником заражения ран. Таких предметов не должно быть на детских игровых площадках.