

# Профилактика детского травматизма

## Детский травматизм и его профилактика

Детский травматизм – важная медико-социальная проблема, которая вызывает особую тревогу. Травмы нередко приводят к тяжелым последствиям, инвалидизации и летальным случаям. По данным Всемирной Организации Здравоохранения, в мире по причине неумышленной травмы или "несчастливого случая" ежегодно погибает более 1 000 000 детей и подростков моложе 18 лет. Большинство травм и опасных ситуаций можно избежать, и профилактика детского травматизма ложится на плечи родителей и учителей. Полностью устранить детский травматизм тяжело, так как дети очень активны, любознательны и познают окружающий мир буквально на ощупь. Но житейских навыков у них еще нет, и они не могут в полной мере оценить всю опасность ситуации.

## Виды детских травм:

**Бытовые и уличные** составляют более 80% всех травм. К ним относятся: падение с высоты (турников, деревьев, зданий, заборов), выпадение из окон, ожоги, отравления, поражения электрическим током, удары, ушибы, переломы, порезы. Особую опасность представляют электрические средства передвижения (самокаты, скутеры, велосипеды), которые доступны для каждого подростка.

**Школьный травматизм.** Основной причиной является выплеск энергии, накопленной за урок. Травмы получают на переменах в свободное от уроков времени на территории школы.

Спортивные травмы имеют меньший удельный вес среди детского травматизма. Их причины для всех возрастных групп одни и те же: занятия без физической и технической подготовки детей-спортсменов, отсутствие дисциплины и техники безопасности во время тренировок.

## Автомобильные травмы.

Травмы, причиненные детям транспортными средствами, отличаются наибольшей тяжестью. Почти все требуют госпитализации и являются основной причиной инвалидности с детства и летальности. Причины: не соблюдение правил дорожного движения как со стороны водителей, так и пешеходов; оставление без надзора ребенка, находящегося на дороге или рядом с ней. Следует познакомить ребенка с правилами дорожного движения. Дошкольник должен понимать, что переходить проезжую часть можно только по пешеходному переходу, лучше – регулируемому, на зеленый сигнал светофора,

предварительно убедившись, что в непосредственной близости от "зебры" нет движущихся автомобилей. Родители должны обязательно выполнять правила дорожного движения сами (и как пешеходы, и как автомобилисты) и помнить о том, что ребенок копирует их поведение.

## **Профилактика травматизма**

В предупреждении травм у детей существенное значение имеет уровень физического развития ребенка. Опыт показывает, что большинства детских травм можно избежать при соблюдении простых правил безопасности. Для предотвращения опасных ситуаций нужно совместно с ребенком планировать его досуг, развивать у детей внимание, наблюдательность, предусмотрительность, осторожность. Родители обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей.

### **Общие мероприятия**

- Контроль за деятельностью ребенка, поощрение самостоятельности под ненавязчивым присмотром взрослых.
- Беседы с ребенком о возможности травм и способах их предупреждения. При этом информация должна преподноситься не в форме запретов и требований, а в форме доступного объяснения ("если прикоснуться к горячему утюгу, будет ожог, кожа покраснеет, может появиться пузырь, а это очень больно, поэтому надо быть особенно осторожным с горячими предметами"). Также важно следить за своими словами, не давать детям отрицательных установок: "упадешь!" "ударись!". Чтобы этого не произошло, гораздо лучше сказать: "Смотри под ноги", "Будь внимателен!"
- Формирование у ребенка чувства ответственности за свои действия.
- Развитие ловкости, гибкости, быстроты, координации, общей и мелкой моторики.
- Сбалансированное питание, обеспечивающее пропорциональный рост, гармоничное физическое и психомоторное развитие.

### **Дома:**

- Шкафы, полки, телевизор и прочая мебель должны быть прочно закреплены, на острых краях использовать защитные накладки (частая причина травм – опрокидывание шкафа при открывании дверцы). Статуэтки, вазы, стеклянную посуду следует устанавливать так, чтобы ребенок, играя, не мог их достать или случайно уронить.

- Стеклянные межкомнатные двери, дверцы шкафов, а также двери и дверцы со вставками из стекла должны быть устроены или защищены так, чтобы ребенок не смог разбить стекло при прямом ударе, при сильном захлопывании.
- На балконе и у открытых окон ребенок может находиться только под присмотром взрослого (помните, что москитная сетка не защищает).
- Горячие кастрюли на плите, включенные конфорки, передние панели газовых плит и электроплит, горячий утюг могут стать причинами ожогов и пожаров.
- Для профилактики ожогов кипятком родители должны контролировать и регулировать температуру воды, вытекающей из бытовых водопроводных кранов (когда ребенок принимает душ, моет руки, умывается).
- Все выключатели, электрические звонки и прочие электрические устройства, с которыми ребенок начинает обращаться, должны быть исправны. Электрические розетки в доме должны иметь надежные заглушки. Это не только предохраняет ребенка от электротравм, но и воспитывает в нем уважительное отношение к электричеству.
- Дошкольников (5-6 лет) нужно постепенно знакомить с правилами обращения с электроприборами. Ребенок должен видеть, что родители всегда соблюдают технику безопасности, включают и выключают приборы только сухими руками, аккуратны при обращении с электрическими розетками (в том числе придерживают пластмассовые корпуса розеток, когда вставляют и вынимают электрические вилки). Самостоятельно (без контроля взрослых) ребенок пользоваться электроприборами пока не может.
- Все лекарственные препараты должны быть надежно убраны в недоступные места для детей.
- Средства бытовой химии, удобрения, химикаты, краски, растворители и другие ядовитые, токсические, едкие взрывоопасные вещества должны храниться так, чтобы ребенок не мог получить к ним доступа.
- Нужно учитывать, что причиной отравления ребенка могут быть такие вещества, как столовый уксус, питьевая сода, а также шампуни, декоративная косметика. Все эти средства не должны быть доступны ребенку.
- Алкогольные напитки следует хранить в недоступном для детей месте.

#### **На улице и во дворе:**

- Во время прогулки нельзя оставлять ребенка без присмотра взрослых. Нельзя отвлекаться на гаджеты.
- Ребенок должен усвоить правила поведения на детской площадке: на качелях – держаться обеими руками, сидеть в центре сидения, не пытаться слезть или, тем более, спрыгнуть до полной остановки; на горке – не съезжать с горки вниз головой, следить за движениями других детей.
- Заброшенные здания, недострои, открытые люки, чердаки, сараи, которые зачастую не имеют ограждений, очень привлекают внимание подростков. Нужно объяснять, что посещение таких мест представляет угрозу для их жизни.

### **Для сохранения жизни и здоровья детей необходимо:**

- **ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка одного без присмотра;**
- **создать безопасные условия пребывания, особенно во время каникул;**
- **в доступной форме рассказать ребенку, как можно избегать травмоопасные ситуации и их последствия;**
- научить ребенка правилам безопасного поведения и умения предвидеть последствия опасных ситуаций.

Все это возможно при взаимодействии родителей с учителями и администрацией школы, тренерами – собственно всех, кто принимает активную роль в воспитании и обучении ребенка.

**Детский травматизм – серьезная проблема, но если родители и сопровождающие взрослые будут следить за ребенком и научат его правилам безопасности, которые сами будут соблюдать, то многих травм и их последствий удастся избежать. В случае получения травмы ребенком следует незамедлительно обратиться за медицинской помощью.**

Рекомендации родителям. Профилактика детского травматизма.



Безопасному поведению ребёнка необходимо учить. Никакой пользы не будет от бесконечных напоминаний «будь осторожным». Необходимо конкретно объяснять, что именно следует делать и чего делать нельзя. Следует научить его последовательно выполнять ряд действий, объясняя, почему надо делать именно так. Действие, которое взрослыми совершается автоматически, ребёнку надо объяснять детально. Основная ответственность за предотвращение повреждений в быту лежит на родителях ребёнка; рациональная организация ухода за детьми, ответственность, самодисциплина должны играть ведущую роль в сохранении, укреплении здоровья и предупреждении опасных ситуаций.

