**Детский травматизм и как его избежать**

**Детский травматизм и его предупреждение** – очень важная и серьезная проблема, особенно в летний период, 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 не благоустроенность внешней среды, халатность, недосмотр взрослых, неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом. Естественно, возникновению травм способствуют и психологические особенности детей: любознательность, большая подвижность, эмоциональность, недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности.   
Взрослые обязаны предупреждать возможные риски и ограждать детей от них.  
  
**Наиболее часто встречающийся травматизм у детей – бытовой. Основные виды травм, которые дети могут получить дома, и их причины:**  
  
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 др.);  
отравление бытовыми химическими веществами (инсектицидами, моющими жидкостями, отбеливателями и др.);  
поражение электрическим током от неисправных электроприборов, обнаженных проводов, от  втыкания игл, ножей и других металлических предметов в розетки и настенную проводку.  
  
**Падения**  
Падение - распространенная причина ушибов, переломов костей и серьезных травм головы. Их можно предотвратить, если:  
не разрешать детям лазить в опасных местах;  
устанавливать ограждения на ступеньках, окнах и балконах.  
В летнее время зоной повышенной опасности становятся детские площадки, а особенно качели. Если ребенок упал с качели, он должен прижаться к земле и подальше отползти, чтобы избежать дополнительного удара.  
Добровольный прыжок с качели никогда не заканчивается безопасным приземлением на ноги. От резкого касания с грунтом - перелом лодыжек, берцовых костей, вывих голеностопных суставов.  
  
**Порезы**  
Разбитое стекло может стать причиной порезов, потери крови и заражения. Стеклянные бутылки нужно держать подальше от детей и младенцев. Нужно учить маленьких детей не прикасаться к разбитому стеклу.  
Ножи, лезвия и ножницы необходимо держать в недоступных для детей местах. Старших детей надо научить осторожному обращению с этими предметами.  
Можно избежать многих травм, если объяснять детям, что бросаться камнями и другими острыми предметами, играть с ножами или ножницами очень опасно.  
Острые металлические предметы, ржавые банки могут стать источником заражения ран. Таких предметов не должно быть на детских игровых площадках.  
  
**Травматизм на дороге.**  
Из всевозможных травм на улично-транспортную приходится каждая двухсотая. Но последствия их очень серьезны. Самая опасная машина - стоящая: ребенок считает, что если опасности не видно, значит, ее нет. Но, выходя из-за такой машины на проезжую часть, 63 ребенка из 100 попавших в дорожное происшествие попадают под колеса другой машины.  
  
**Дети должны знать и соблюдать следующие правила, когда переходят дорогу:**

* 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 видел тебя;
* переходить дорогу надо по перпендикуляру к оси, а не по диагонали;
* если транспортный поток застал  на середине дороги, следует остановиться и не паниковать;
* маленького ребенка переводить через дорогу надо только за руку;
* надо научить ребенка не поддаваться "стадному" чувству при переходе улицы группой;
* детям нельзя играть возле дороги, особенно с мячом;

Во избежание несчастных случаев детей нужно учить ходить по тротуарам лицом к автомобильному движению.  
Старших детей необходимо научить присматривать за младшими.  
При перевозке ребенка в автомобиле, необходимо использовать специальное кресло и ремни безопасности, ребенка надо посадить сзади и справа.  
  
Несчастные случаи при езде на велосипеде являются распространенной причиной травматизма среди детей старшего возраста. Таких случаев можно избежать, если родственники и родители будут учить ребенка безопасному поведению при езде на велосипеде. Детям нужно надевать на голову шлемы и другие приспособления для защиты.   
  
Еще ни одно увлечение детей не приводило к такому наплыву раненых, как роллинг (катание на роликовых коньках), который в последнее время стал особенно популярным. В роллинге слишком высоки требования к владению телом - малейший сбой приводит к падению, что всегда чревато травмой.   
  
Покупая ребенку роликовые коньки, научите стоять на них и перемещаться. Для этого можно подвести к перилам, поставить между двух стульев. Проследите за правильной постановкой голеностопного сустава.   
  
Не покупайте детям роликовых коньков китайского производства, хотя и стоят они дешевле. Они травмо-опасны и недолговечны.  
Голенище должно служить хорошей опорой, поэтому должно быть твердым.   
  
Пригласите опытного роллера, если сами не можете научить хотя бы одному методу торможения.  
Обязательно приобретите наколенники, налокотники, напульсники и шлем. Это предупредит основные травмы.  
Научите правильно падать - вперед на колени, а затем на руки.  
Кататься нужно  подальше от автомобильных дорог.  
Научите детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.   
 **Водный травматизм**  
Взрослые должны научить детей правилам поведения на воде и ни на минуту не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоемов.  
Дети могут утонуть менее, чем за две минуты даже в небольшом количестве воды, поэтому их никогда не следует оставлять одних в воде или близ воды, в т.ч. – в ванной.  
Нужно закрывать колодцы, ванны, ведра с водой.  
Детей нужно учить плавать, начиная с раннего возраста.  
Дети должны знать, что нельзя плавать без присмотра взрослых.  
 **Ожоги**  
Ожогов можно избежать, если:  
держать детей подальше от горячей плиты, 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, такие, как бензин, керосин, а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды.  
  
**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. Следует убедиться, что с ребенком все обстоит благополучно. Если у него затруднено дыхание, нельзя исключить возможность попадания мелких предметов в дыхательные пути ребенка, даже если никто не видел, как ребенок клал что-нибудь в рот.  
 **Отравления**  
Ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее, например керосин, ни в коем случае 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.  
Отбеливатель, яды для крыс и насекомых, керосин, кислоты и щелочные растворы, другие 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 ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста. Хранить медикаменты необходимо в местах недоступных для детей.  
Неправильное применение и передозировка антибиотиков могут привести у маленьких детей к глухоте.  
  
**Поражение электрическим током**  
Дети могут получить серьезные повреждения, воткнув пальцы или какие-либо предметы в электрические розетки; их необходимо закрывать, чтобы предотвратить поражение электрическим током. Электрические провода должны быть недоступны детям - обнаженные провода представляют для них особую опасность.  
  
**Очень важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни.  Не забывайте, что пример взрослого для ребенка заразителен!**