Профилактика летнего травматизма!

16.07.2024

**Лето**- долгожданная и любимая пора года, как у детей, так и у взрослых, и неразрывно связана с отпусками, летними каникулами, поездками на дачу, море, берега рек и озер. Больше времени люди проводят на свежем воздухе. Ежегодно с наступлением летнего периода родители отправляют своих детей в пришкольные и загородные оздоровительные лагеря. Как показывает статистика, риск травмирования детей возрастает именно в это время. И одной из главных задач, которые стоят перед взрослыми людьми – **обеспечить безопасность детей.**

# **Детские площадки - это зона повышенной опасности.**

***Основные опасности на детской площадке***:

1. Опасные ситуации, связанные с игровой средой (качели, лесенки ит.д.).
2. С социальным окружением (старшие дети, незнакомые взрослые).
3. Опасности, связанные с домашними и бродячими животными.
4. Опасности, связанные с различными предметами, непосредственно находящимися на площадке (различные растения, мусор, посторонние предметы).

**Придя с ребенком на площадку**:

1. Обязательно обеспечьте ребенка удобной, соответствующей погоде одеждой и обувью (не одевать слишком холодно, но и не слишком жарко, т. к. в противном случае ребенок вспотеет и простудится).
2. Убедитесь в отсутствии опасных участков и предметов (торчащих болтов, корней деревьев, камней, острых углов и т. д.).
3. Убедитесь, что на игровой площадке нет крупного мусора, стекла и других материалов, которые могут навредить ребенку, а поверхность вокруг устлана слоем амортизирующего материала (песок, стружка, мелкий гравий).
4. Убедитесь в соответствии игрового оборудования возрастным и индивидуальным особенностям и возможностям вашего ребенка (не разрешайте ребенку залезать на лесенку в десять раз больше его самого).
5. Не позволяйте ребенку играть на высоте, скатываться с крутых горок и самостоятельно качаться на качелях.
6. Обсудите с ребенком возможные опасные ситуации, привлекая личный опыт, случаи из жизни, но не пугайте малыша. Беседуйте так, чтобы он усвоил правила безопасного поведения и спокойно соблюдал их. Зная о возможных последствиях, ребенок будет осторожнее.
7. Объясните ребенку правила поведения в различных социальных ситуациях (при встрече с незнакомым взрослым, ребенком младшего/старшего возраста или сверстником).
8. Объясните ребенку правила поведения при появлении животных (не подходить к собакам/кошкам).
9. Расскажите ребенку о представляющих опасность для здоровья мусоре, посторонних предметах, растениях.
10. Организуйте игровую и двигательную деятельность ребенка в безопасной и соответствующей возрасту игровой зоне площадки.
11. Обязательно постоянно следите за ребенком.

**Качели** - источник травматизма, особенно с расшатанными стойками, перетертыми канатами, треснувшими сидениями. Большая ошибка после падения с качелей - попытка встать на ноги. Это чревато получением дополнительного удара.

**Катание и прыжки на скейтах** - основная причина травмы головы, лица, повреждений спины. При катании нужно использовать наколенники, налокотники и шлем.

**Кататься на роликовых коньках** следует на роликовых трассах или на ровном дорожном покрытии. Необходимо также пользоваться защитными снаряжениями.

**Травматизм при езде на велосипедах** распространен среди детей в возрасте 10-14 лет. Характер травм разнообразен: от легких ссадин до крайне тяжелых повреждений.

**Безопасность на каруселях:**

* Нельзя слезать с карусели, пока она крутится, так как следующее сиденье продолжает двигаться и может сильно ударить тебя, если ты не отбежал.
* Нельзя бежать по кругу, взявшись за одно сиденье, и раскручивать пустую карусель, а потом вдруг резко остановиться — можно получить удар следующим сиденьем.
* Нельзя вставать на сиденье карусели ногами, так как при движении можно потерять равновесие и, падая, удариться.

**Запомните правила, которые необходимо соблюдать, если на детской площадке есть качели!**

* Если качели очень тяжёлые (например, железные), нельзя спрыгивать на лету, ты можешь не успеть отбежать, и тогда качели ударят тебя прямо в заты­лок или в спину.
* Если ты любишь сам раскачивать качели, то должен всегда помнить: если их толкнуть посильнее и не поймать, качели попадут прямо тебе в лицо.
* Не бегай рядом с качелями! Может случиться так, что другой ребёнок не успеет затормозить, и вы оба получите травмы.
* Пластмассовые качели на верёвочках тоже небезопасны. Если ты на них сильно раскачаешься, то, наклонившись вперёд, можешь легко перевернуть сиденье своим весом.

**Безопасность при катании на роликах.**

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. К тому же, у нас практически нет отведенных для катания дорожек, следовательно, катаются по проезжей части дороги. Отсюда нередки дорожно-транспортные происшествия. А катаются роллеры без шлемов, без надколенников, без налокотников. Бороться с этим массовым явлением бесполезно, а вот с вредными последствиями справиться можно:

* 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 травмоопасны 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.
* Надо убедить местные власти отвести детям специальные места для катания. Желательно подальше от автомобильных дорог.
* Научите избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.
* Осторожно прикасайся к горке, пробуй её на ощупь: в жару железные горки сильно нагреваются и можно обжечься, прикоснувшись к металлическим частям. Будь внимательным!
* Постарайся отбежать от горки сразу после спуска. Иначе на тебя попадают все, кто сверху катится за тобой.
* В некоторых дворах горки деревянные. Летом осмотри её внимательно, нет ли на ней сколов, щербин, а то, спускаясь по ней, ты рискуешь получить занозу.

Также необходимо напоминать родителям и самим детям о регулярной проверке игрового оборудования на дачных и приусадебных участках, к которым ребенок имеет доступ - детские площадки соседей, родственников, друзей, у которых вы бываете в гостях вместе с детьми.

Необходимо организовывать досуг детей, делать его интересным. Создавать такие условия, при которых каждый ребенок мог бы заняться чем-нибудь по своему вкусу, не рискуя стать жертвой несчастного случая.

**Безопасность детей в быту.**

**Ежегодно с началом весенне-летнего сезона регистрируются случаи гибели детей при выпадении из окна!** Как правило, во всех случаях падения дети самостоятельно забирались на подоконник, используя в качестве подставки различные предметы мебели, и, опираясь на противомоскитную сетку, выпадали из окна вместе с ней. При этом подавляющее большинство падений происходили из-за недостатка контроля взрослыми поведения детей, рассеянностью родных и близких, забывающих закрывать окна, отсутствие на окнах блокираторов или оконных ручек-замков, неправильной расстановкой мебели, дающей возможность детям самостоятельно забираться на подоконники, и наличие москитных сеток, создающих иллюзию закрытого окна.

**В связи с этим необходимо вспомнить ряд правил жизни, которые позволят обезопасить вашего ребенка от тяжелых травм:**

* Не оставлять окна открытыми, если дома маленький ребенок, поскольку достаточно отвлечься на секунду, и она может стать последним мгновением в жизни ребенка или искалечить её навсегда.
* Не использовать москитные сетки без соответствующей защиты окна - дети любят опираться на них, воспринимая как надёжную опору, а потом выпадают вместе с ними наружу.
* Не оставлять ребенка, особенно играющего возле окон и стеклянных дверей, без присмотра.
* Не ставить мебель поблизости окон, чтобы ребёнок не взобрался на подоконник и не упал вниз.
* Не следует позволять детям прыгать на кровати или другой мебели, расположенной вблизи окон.
* Не следует класть вещи в беспорядке в процессе уборки возле балконных или межкомнатных остеклённых дверей, так как ребёнок может споткнуться и нанести себе травму.
* Преподавать детям уроки безопасности. Учить старших детей присматривать за младшими.
* Тщательно подобрать аксессуары на окна для детской комнаты. В частности, средства солнцезащиты, такие как жалюзи и рулонные шторы должные быть без свисающих шнуров и цепочек. Ребёнок может в них запутаться и спровоцировать удушье.
* Посадить под окнами зелёные насаждения, особенно, если вы живёте в частном доме, которые смогут смягчить приземление в случае выпадения ребёнка из окна.
* Установить на окна блокираторы или оконные ручки-замки с ключом, препятствующие открытию окна ребёнком самостоятельно.

**Но всё же, уважаемые родители, гораздо спокойнее и безопаснее, не оставлять маленького ребёнка одного, а брать с собой.**

**Важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни**!

**Берегите себя и своих детей!**

ГУ «Россонский РЦГЭ»,2024