

Как избежать травматизма.

Травмы среди детей, к сожалению, встречаются достаточно часто и имеют много особенностей.

В зависимости от возрастной группы травматизм разделяется на:

- грудной (с момента рождения до 1 года);
- преддошкольный (от 1 г. до 3 г.);
- дошкольный (от 3 г. до 7 г.);
- школьный (от 7 г. до 16 г.).

На первом году жизни у ребенка быстро развивается нервная система, формируются нервные рефлексы, и потому влияние окружающей среды отражается на работе коры головного мозга. В это время ребенок старается познать окружающий мир и с большим любопытством знакомится со всем новым, что окружает его. Ребенок пытается каждую вещь постичь прикосновением с помощью рук и, конечно же, языка. Поэтому в дыхательные пути младенцев часто попадают посторонние предметы, нередко наблюдаются ожоги пищевода и органов дыхания.

У детей от 1 до 3 лет быстро развивается опорно-двигательный аппарат, малыши учатся ходить, бегать, прыгать, пытаются усовершенствовать ловкость всех видов движений. В этом возрасте чаще всего возникают травмы, связанные с падением ребенка и нарушением функции костно-мышечной системы.

У детей от 3 до 12 лет появляются новые интересы, формируется свое "я". Любознательность с отсутствием необходимого жизненного опыта и навыков, неумение реально оценить опасность, стремление быстро все сделать нередко приводят к несчастным случаям. Подростки в своих действиях пытаются подражать старшим, «совершают» героические поступки, которые бы свидетельствовали об их храбрости. Недостаточно правильная оценка своих поступков, самоуверенность и хвастовство приводят к опасным для здоровья действиям. Чтобы доказать свою смелость и приобрести авторитет, подростки, не задумываясь над последствиями, часто переходят улицу в опасных местах, цепляются за машины, влезают на пожарные лестницы на крыши высоких домов.

Бытовой травматизм - это повреждения, которые дети получили дома: в квартире, во дворе или в саду. Повреждения при этом самые разнообразные, но опаснейшие из них это ожоги пламенем, химическими веществами и падение с высоты.

Причины бытового травматизма разнообразны, и значительную роль при этом играет недостаточный присмотр родителей. Такие, казалось бы на первый взгляд, пустяки, как оставленные в доступном для малышей месте иглы, гвозди, лезвия бритв, становятся причиной травм, а иногда и смерти. Это же касается и газовых плит, обнаженных проводов электросети, открытых окон, лестницы. За свою неосторожность родители иногда достаточно дорого расплачиваются.

У дошкольников и младших учеников повреждения могут быть предопределены другими причинами. Они подвижны и несдержанны, безоглядно озорничают. Но при этом редко получают травмы в квартире или в школе, потому что авторитет взрослых является несокрушимым барьером. Следовательно, дети пытаются лишиться присмотра и охотно проводят свой досуг во дворе со своими сверстниками: катаются на велосипедах, самокатах, санках, влезают на деревья, влезают в открытые люки, на лестницы. Поэтому необорудованные детские площадки, загроможденные дворы, открытые люки, канавы, неисправные лифты, перила лестницы, неисправные велосипеды тоже очень опасны. Особенно опасными для детей являются неогражденные участки, где проводятся ремонтные работы. Часто дети падают с высоты - балконов, лестниц, деревьев, что тоже приводит к тяжелым травмам.

Принципы предотвращения бытового травматизма разнообразны, но главным и самым надежным из них является постоянное беспокойство взрослых о безопасности

детей дома. Старшие систематически должны воспитывать в детях осмотрительность и осторожность, особенно при обращении с огнем и опасными приборами. Нужно предостерегать детей от озорства на балконах, лестницах, деревьях. Вместе с тем родители ни в коем случае не должны запрещать детям играть в подвижные игры, сковывать их непрерывными запретами и ограничениями: все нужно делать умеренно, чтобы не оскорбить и не унизить ребенка. С малышами нужно быть постоянно настороже, устранять с их пути опасные предметы. Старшим детям нужно постоянно объяснять о той опасности, которую несут в себе необдуманные поступки, доказывать ошибочность их представлений о героизме. Помогут родителям в этом удачно подобранная литература, кинофильмы, телепередачи. В профилактике детского травматизма большую роль играют учителя, воспитатели, работники городских и районных санитарно-эпидемических станций, жилищных управлений, сельских советов, милиции. Они осуществляют постоянный присмотр за состоянием территории жилищных массивов, школьных и дошкольных заведений, за соблюдением правил безопасности при проведении ремонтных и строительных работ.

Наивысший процент смертности после полученных травм от автомашин, автобусов, троллейбусов, поездов и других видов транспорта. И опять же, главными причинами является отсутствие присмотра за детьми на улице, по пути к школе, а также в часы досуга. Приводит к этому незнание детьми правил уличного движения, нарушение правил пользования транспортом. Чрезвычайно опасно кататься детям на велосипедах, мопедах, мотороллерах, скутерах, если они не сдали соответствующих экзаменов на права вождения. Взрослым ни на мгновение нельзя забывать, что дети склонны подражать им. Если ребенок видит, что старшие нарушают правила уличного движения, легкомысленно относятся к общепринятым рекомендациям, то от ребенка напрасно требовать чего-то другого, потому что ребенок прежде всего берет пример с взрослых. Лишь совместные усилия родителей, учителей, воспитателей, работников общественных организаций смогут обеспечить позитивный эффект в борьбе с **транспортным травматизмом**. Учить правила уличного движения дети должны с преддошкольного возраста, а также дошкольного, то есть в яслях, и детских садах. Занятия проводят воспитатели и медицинский персонал, обычно в тесном контакте с родителями. Формы работы могут быть самые разнообразные: прогулки, экскурсии по городу, беседы, игры и другое. Во время прогулок и экскурсий воспитатель обращает внимание детей на интенсивность уличного движения и поведение на улице. Учеников младших классов необходимо приучать ходить только по тротуарам с правой стороны, обращать внимание на сигнал “берегись автомобиля”. В тех местах, где нет тротуаров, двигаться нужно по левой стороне улицы навстречу транспорту.

Спортивный травматизм. Физкультура и спорт является могучим средством укрепления организма и физического развития детей, но это только при умелых и правильно организованных занятиях спортом. Но, к величайшему сожалению, детских спортивных заведений пока еще недостаточное количество и к тому же не все родители понимают их пользу, считая что ребенок может заниматься спортом и без тренера. Поэтому многие подростки играют в футбол, хоккей, ездят на велосипедах без старших опытных товарищей. Или выбирают места, не совсем пригодные для игр, а часто и опасные: реки, загроможденные дворы, глубокие водоемы, пустыри. При неорганизованном занятии спортом случается больше всего спортивных повреждений. Поэтому родители должны как можно раньше вовлекать ребенка в занятия в спортивных добровольных обществах, на стадионах. Этим они не только закалят ребенка, но и уберегут от страшной опасности.

Уличный травматизм по своему характеру очень близок к бытовому. Это повреждения, которые испытывают на улице. Главными причинами уличного травматизма являются недоработки работников ЖЭКов, домоуправлений, строительных организаций. Это неисправные балконы, не огражденные канавы, отворенные люки и тому подобное. Зимой особенно опасны большие сосульки, которые свисают с крыш домов, во время гололеда - не посыпанные песком или солью тротуары.

Среди смертности от травматизма **утопление** занимает одно из первых мест. Это может произойти как летом, так и зимой. Главной причиной утопления является неумение плавать, незнание особенностей водоемов, при прыжках в воду большую опасность приносят подводные скалы, камни. Зимой дети тонут, проваливаясь под лед при катании на коньках, или переходя через водоемы. Главную роль в предотвращении несчастных случаев на воде играют общества спасания на воде и другие общественные организации. Они отвечают за то, чтобы для купания детей были отведены специально огражденные места, но даже в таких местах дети должны быть под пристальным контролем. Все опасные места для купания должны быть ограждены и установлены предупредительные знаки. Зимой дороги, пригодные для переезда через реку или озеро, тоже должны обозначаться. Взрослые обязаны категорически запрещать детям кататься на коньках, санках по тонкому льду. Лучше всего покататься на коньках в специально оборудованных местах или на площадках. Но если уже вы решили воспользоваться местной рекой или озером, нужно помнить правила поведения во время занятий зимними развлечениями:

- кататься можно только, если лед на реке крепок;
- в местах массового пребывания людей;
- толщина льда должна составлять не меньше 15 см, а сами площадки для забав должны быть отгорожены от остальной речной, озерной территории яркими лентами, за которыми пребывание людей категорически запрещается.

Санки, лыжи, коньки - самые любимые вещи в пользовании детей зимой. К сожалению, именно они становятся причиной многих травм. Нет, это совсем не значит, что не нужно кататься на санках, коньках, путешествовать на лыжах. Но давайте вспомним, какие правила не нужно нарушать, чтобы не нанести вреда себе и окружающим. Вы должны помнить:

- санки должны быть не повреждены, со всеми дощечками, чтобы во время катания вы не покалечились;
- крепление на лыжах должно быть также цельное, правильно прикрепленное на ногах, чтобы нога не выскользнула и не было риска ее сломать или вывихнуть;
- коньки должны быть соответствующего размера, не большие, поскольку это также может привести к травматизму.

Когда выбирается место для забав, как правило, ищут холм или склон, с которого будут спускаться на санках или лыжах. Нужно помнить, что это место обязательно должно быть вдалеке от дороги. Это подвергает смертельному риску не только вашу жизнь и здоровье, но и безопасность окружающих. Зимой дорога скользкая и не всегда водитель транспортного средства сможет остановить его в нужный момент. Дети должны помнить, что во время забав и игр не нужно выполнять разные трюки. Очень часто, катаясь, они любят пощеголять перед друзьями разными способами катания. Здесь фантазия срабатывает удивительно: это и катание с завязанными глазами, и повернувшись спиной, и на одной ноге и т.д. Нужно помнить, что катаясь, дети должны предусмотреть, что с закрытыми глазами можно столкнуться с соседом, деревом; повернувшись спиной, ребенок также не будет видеть куда едет, и не сможет управлять санками или лыжами, своевременно и адекватно среагировать на опасность. Опасно привязывать санки друг к другу. Именно это является причиной того, что перевернувшись одни санки потянут за собой другие. Особенно опасно привязываться (цепляться) на ходу к транспортным средствам. Основное, что должны запомнить дети, это то, что катание на лыжах, санках, коньках должно стать веселым развлечением, а не нести опасность (вред) вашему здоровью.

Основное правило для родителей: ребенок должен чувствовать любовь и внимание окружающих, быть под пристальным (но не надоедливым) контролем!