

**ПАМЯТКА  
ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА, ОБЕСПЕЧЕНИЮ КОНТРОЛЯ ЗА  
БЕЗОПАСНОСТЬЮ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ РЕБЁНКА В ЛЕТНИЙ  
КАНИКУЛЯРНЫЙ ПЕРИОД**

С наступления тепла тысячи школьников отправляются на отдых в лагеря труда и отдыха, в деревни, на дачи. Оказавшись на природе, ребята радуются возможности пойти в туристический поход, поиграть, попрыгать, побегать. Хорошо, когда все это происходит под контролем взрослых, но если его нет, ребенок может получить травму. Практика показывает, что у детей, которые отдыхают организованно, например, в оздоровительном лагере, травмы происходят в 4,5 раза реже.

У мальчиков они встречаются в 3-3,5 раза чаще, чем у девочек, при этом количество травм увеличивается с возрастом. Поскольку травмы – это повреждения организма в результате внешнего воздействия, то большинство из них можно предотвратить. Взрослые сами способны повлиять на обстоятельства, которые приводят к различным повреждениям.

В структуре детского летнего травматизма преобладают бытовые травмы. Причина их весьма разнообразна: ожоги, ранения острыми предметами, падения, утопления и другие. Повреждения чаще всего носят характер поверхностных ранений, ушибов, растяжений. Исходы не всегда бывают благополучными, часть детей нуждается в стационарном лечении в связи с переломами, ожогами, сотрясениями головного мозга.

В летний период у детей возрастает частота ссадин, ушибов, переломов, повреждений органов грудной и брюшной полостей, черепно-мозговых травм, полученных во дворах, на улице. Установлено, что каждой возрастной группе присущи свои наиболее типичные причины повреждений и травмогенные ситуации, обусловленные особенностями психофизического и эмоционального развития. Дети в возрасте 5-7 лет, увлекаясь игрой, теряют над собой контроль, именно поэтому они чаще всего получают травмы в таких ситуациях.

Дети 7-14 лет реже получают повреждения в квартире. Жажда исследовательской деятельности влечет их на улицу, порой в совсем неподходящие для прогулок места – строительные площадки, захлащенные дворы и пустыри. Импульсивность, склонность к шалости нередко делают их участниками отчаянных игр, связанных с огнем, погонями по крышам гаражей, прыжками с большой высоты, влезанием на заборы. В этой возрастной группе 78% травм дети получают во дворах, на улицах и только 22% – в помещениях.

В летнее время зоной повышенной опасности становятся детские площадки, особенно качели, в основном неухоженные: стойки расшатываются, металлические перекладины ослабевают, канаты перетираются, сиденья трескаются. Все это чревато травмами. После падения с качелей типичной ошибкой является попытка встать на ноги, приводящая к получению дополнительного удара.

Следует внимательно относиться к катанию и прыжкам на скейтах. Этот процесс часто влечет за собой травмы головы, лица, повреждения спины, живота. Чтобы этого не случилось, нужно приобрести и использовать при катании наколенники, налокотники и шлем.

В последнее время все большей популярностью у ребят пользуется катание на роликовых коньках и лыжах. Оно приносит большое удовольствие, но нужно помнить, что желательно кататься на роликовых трассах или на очень ровном дорожном покрытии, обязательно пользоваться защитным снаряжением (шлем, протекторы для кистей, локтей, коленей). При падении возможны серьезные ушибы, и чаще всего поражаются суставы рук, предплечья, колени.

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

Серьезную озабоченность вызывают поражения электрическим током, которые приводят не только к глубоким ожогам, но и к остановке сердца, дыхания, что требует немедленного проведения реанимационных мероприятий. Причина часто кроется в неисправных проводке и электроприборах, за ремонт которых берутся сами ребята, не обладая достаточными навыками и знаниями техники безопасности.

Дети страдают также от укусов домашних животных (кошек, собак). Такие раны, как правило, плохо заживают. Пострадав от зубов животного, необходимо сразу же промыть рану крепким мыльным раствором и немедленно обратиться к врачу. Даже если животное выглядит внешне здоровым, оно может оказаться больным бешенством. Вопрос о необходимости прививок решает врач.

Выезжая с детьми на дачу, в деревню, на природу, познакомьте их с особенностями местности. Если леса вокруг болотистые, то у старых пней, в зарослях вереска, брусники, в низком кустарнике можно наткнуться на ядовитую змею – гадюку. Расскажите детям, какие ядовитые растения могут встретиться в данной местности, объясните, почему нельзя пробовать неизвестные ягоды, брать в рот листья, пить воду из неизвестных источников и поверхностных водоемов.

В летний период отмечается увеличение числа падений из неогороженных и не защищенных сетками окон, с балконов и лоджий. Эти травмы отличаются наибольшей тяжестью и часто приводят к летальному исходу.

Особого внимания заслуживает травматизм при езде на велосипедах. Половина подобных повреждений приходится на детей 10-14 лет. Характер травм разнообразен: от легких ссадин до крайне тяжелых комбинированных повреждений, в ряде случаев заканчивающихся смертельным исходом. Непосредственной причиной тяжелых увечий являются наезды и столкновения с движущимся транспортом.

Травмы, причиненные детям транспортными средствами, встречаются редко, однако они считаются самыми тяжелыми. Основной причиной возникновения ДТП 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.

Взрослые должны научить детей правилам поведения на воде и ни на минуту не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоемов. Дети должны знать, что нельзя плавать без присмотра взрослых.

Существует ошибочное мнение, что уберечь ребенка от травм можно лишь сплошными запретами. Это не так. Детям нужна свобода, простор для творчества, в играх у них формируется характер, воля, физические качества. Движение стимулирует развитие мысли. Задача взрослых – не бороться с физиологически оправданной активностью, а отвлекать детей от рискованных шалостей, заполнять их досуг разумными играми, а также научить предвидеть травмоопасные ситуации. По данным Всемирной организации здравоохранения, каждый четвертый травмированный – ребенок. Взрослые должны научить детей обдумывать свои поступки и действия наперед и прогнозировать травмоопасную ситуацию. Очень важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни.

Не забывайте, что пример взрослого для ребенка заразителен!

#### **Общие правила безопасности детей на летних каникулах**

К сожалению, опасности подстерегают детей не только в местах отдыха, но и на детской площадке, на дороге, в общественных местах.

Следование рекомендациям поможет снизить риски:

1. Для ребенка обязательным является ношение головного убора на улице для предотвращения теплового или солнечного удара.
2. Приучите детей всегда мыть руки перед употреблением пищи.
3. Поскольку на лето приходится пик пищевых отравлений и заболеваний энтеровирусными инфекциями, следите за свежестью продуктов, всегда мойте овощи и фрукты перед употреблением.
4. Обязательно учите ребенка переходу по светофору, расскажите об опасностях при игре на дорогах, об опасности, которую несет автомобиль.
5. Расскажите детям о том, как правильно себя вести на детской площадке, в частности, катанию на качелях. К ним нужно подходить сбоку; садиться и вставать, дождавшись полной остановки; крепко держаться при катании.
6. Важно научить и правилам пожарной безопасности в летний период. Не позволяйте разводить костры без присутствия взрослых. Опасность огненной стихии в быстром распространении огня на соседние объекты.
7. Соблюдайте питьевой режим, чтобы не допустить обезвоживания, употребляйте очищенную природную воду без газа.
8. Катание на велосипеде или роликах должно осуществляться с защитным шлемом, налокотниками и наколенниками.
9. Купание детям разрешайте только в отведенных огороженных местах под присмотром взрослых.
10. Не позволяйте детям играть на стройплощадках, подниматься на недостроенные здания, находиться в проемах окон.
11. Расскажите детям о правилах поведения в лесных массивах, о животных, о ядовитых растениях и пресмыкающихся.

Эти советы помогут избежать многих проблем, если вы своевременно примете меры профилактики. Следование простым рекомендациям поможет обезопасить свою жизнь и здоровье и позволит провести летние каникулы с максимальным удовольствием. Хорошего вам отдыха!

Заместитель директора по безопасности

А.П. Геристовский