



Детский травматизм распространен куда больше, чем травматизм взрослых, и это не удивительно. Дети очень любознательны, пытаются активно познавать окружающий мир. Но при этом житейских навыков у них еще мало, и они не всегда умеют оценить опасность ситуации. Поэтому детские травмы не редкость.

Детский травматизм условно можно разделить на пять типов в зависимости от места, где ребенок может получить травму:

1. бытовой (травмы, которые возникают дома, во дворе, в детском саду);
2. уличный (в первую очередь транспортный, но также и не связанный с транспортом);
3. школьный;
4. спортивный;
5. прочий.

Бытовой травматизм — самый распространенный, и причина его в большинстве случаев — невнимательность родителей, которые не только оставляют ребенка без присмотра, но и оставляют в доступных местах опасные для ребенка предметы, не закрывают окна и т.п.

Способы профилактики детского травматизма зависят от возраста ребенка. В грудном возрасте, например, особо важен постоянный надзор. Детский травматизм в младенческом возрасте целиком и полностью на совести родителей. Чем старше становится ребенок, тем большую важность приобретает объяснение правил техники безопасности.

### ***Профилактика травматизма***

В предупреждении травм у детей существенное значение имеет уровень физического развития ребенка. Хорошо физически развитые дети, ловкие, с хорошей координацией движений редко получают травмы. Следовательно, занятия физическими упражнениями, подвижными играми, спортивными развлечениями являются не только средством укрепления здоровья ребенка, но и одной из мер профилактики травматизма.

Опыт показывает, что большинства детских травм можно избежать при соблюдении простых правил безопасности. В первую очередь, родители не должны забывать, что дети требуют особого внимания: они очень подвижны, активны, любознательны, часто недооценивают степень опасности и переоценивают собственные возможности. Ниже перечислены основные мероприятия, которые помогут снизить вероятность травм у детей.

### **Общие мероприятия:**

- Контроль (но не надзор!) 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 ("Нельзя!", "Не трогай!"), а в форме доступного объяснения ("если прикоснуться к горячему утюгу, будет ожог – кожа покраснеет, может появиться пузырь — это очень больно и очень мешает; 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
- Правильное питание, обеспечивающее пропорциональный рост гармоничное физическое и психомоторное развитие.

### **Дома:**

- Стекланные 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 открывании или закрывании.
- Горячие кастрюли на плите, включенные конфорки, передние панели газовых плит и электроплит, горячий утюг могут стать причинами ожогов и у детей до 3 лет, и у дошкольников
- Для профилактики ожогов кипятком родители должны контролировать и регулировать температуру воды, вытекающей из бытовых водопроводных кранов (когда ребенок принимает душ, моет руки, умывается), особенно зимой.
- 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 малыша 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 короба розеток, когда вставляют и вынимают электрические вилки). Самостоятельно (без контроля взрослых) ребенок пользоваться электроприборами пока не может.
- На балконе и у открытых окон ребенок может находиться только под присмотром взрослого.
- Шкафы, полки и прочая мебель должны быть прочно закреплены (частая причина травм – опрокидывание шкафа при открывании дверцы). Статуэтки вазы, стеклянную посуду следует устанавливать так, чтобы ребенок во время игры не мог их случайно уронить.
- Необходимо, чтобы ребенок учился правильно вести себя за столом пользоваться столовыми приборами, знал, что выходить из-за стола во время еды не

только некультурно, но и опасно (пища может "попасть не в то горло"). Во время еды недопустимы шалости и игры!

- Все лекарственные препараты, в том числе такие "безобидные" как йод, зеленка должны быть надежно убраны. К опасным местам хранения лекарств относятся сумочки, холодильники и полки в ванной комнате.

- Средства бытовой химии, удобрения, химикаты (пестициды, гербициды и т.д.), 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 вещества как столовый уксус, питьевая сода, а также шампуни, декоративная косметика. Все эти средства не должны быть доступны ребенку.

- Алкогольные напитки следует хранить в недоступных детям местах.

#### ***На улице и во дворе:***

- Во время прогулки нельзя оставлять ребенка без присмотра взрослых.

- Ребенок должен усвоить правила поведения 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).

- 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), помнить, что ребенок копирует их поведение.

- В автомобиле ребенок может ездить только при наличии специального детского кресла (средства ограничения подвижности ребенка в автомобиле). Рекомендуется, чтобы во время поездки ребенок находился на заднем сидении автомобиля. Необходимо объяснить малышу значимость средств безопасности (кресло, ремень, подушка безопасности) для защиты от транспортных травм.

***Детский травматизм — серьезная проблема, но если родители будут следить за своим ребенком и научат его правилам безопасности, многих травм удастся избежать.***