

ПРОФИЛАКТИКА ДЕТСКОГО ТРАВМАТИЗМА В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Наступило долгожданное лето, которое приносит не только радостные теплые деньки, но и травмы, ушибы, порезы и другие неприятности. Поэтому специалисты ГАУЗ «ДРКБ МЗ РТ» призывают обратить внимание на безопасность, чтобы летний отдых не омрачался пребыванием на больничной койке.

Более 3 млн. детских травм ежегодно медицинские учреждения России. В больницы в связи с травмами обращается каждый восьмой ребенок.

Правила поведения на дороге:

1. Изучайте правила дорожного движения;
2. При движении в автомобиле рекомендуется использовать специальные удерживающие устройства либо пристегивать ремень безопасности.
3. Следует переходить дорогу исключительно в предназначенных для этого зонах.
4. Движение через проезжую часть, даже на зеленый свет светофора, можно начинать лишь убедившись, что все машины готовы пропустить пешехода; нельзя переходить дорогу разговаривая по телефону или слушая музыку в наушниках.
5. Входить в транспорт и выходить из него, можно только при его полной остановке. Запрыгивать на ходу в транспорт опасно!
6. Кататься на велосипеде, роликах или электросамокате следует в защитном шлеме, налокотниках и наколенниках. Обратите внимание ребенка на то, что съезд с крутых склонов очень опасен. Не останавливайтесь у опасных мест – выездов машин из дворов, арок, автостоянок.
7. При эксплуатации электросамоката соблюдайте скоростной режим, двигайтесь в местах наименьшего скопления людей, выбирайте маршрут с наиболее ровной поверхностью, без ям и выбоин, не катайтесь вдвоем, при пересечении пешеходного перехода сойдите с транспортного средства и перевезите его вручную.
8. В темное время суток носите светоотражатели.
9. Не катайтесь вне салона транспортных средств (крышах, подножках трамваев, электропоездов). Зацепинг – смертельно опасное увлечение! Опасен падением с поезда во время движения, в том числе под рельсы движущегося состава и столкновением по ходу движения. Также имеется риск погибнуть от удара током.

Правила поведения на воде:

1. Купаться можно только в специально оборудованных местах в присутствии взрослых.
2. Нельзя прыгать в воду с мостов, обрывов и других возвышений;
3. Не разрешается заплывать за буйки и нырять в неизвестных местах водоёма, камни и ветки на дне водоёма часто являются причиной травм;
4. Нельзя играть в тех местах, где есть риск упасть в водоём;
5. Нельзя заплывать на глубину, даже если ребенок хорошо плавает;
6. Запрещены игры, в которых нужно хватать или топить других;
7. Контролируйте время пребывания в воде, чтобы не допустить переохлаждения;

8. Используйте головные уборы и специальные солнцезащитные средства, для предотвращения солнечных ожогов;

Правила поведения дома:

1. Не пренебрегайте правилами пожарной безопасности;
2. Обратите внимание на безопасное обращение с электроприборами (не трогайте включенные электроприборы мокрыми руками, пользуйтесь только исправными приборами, не засовывайте пальцы в розетку);
3. Мойте руки перед приёмом пищи, тщательно мойте фрукты и овощи для предотвращения кишечных инфекций.
4. Не общайтесь с незнакомыми людьми (не открывайте двери незнакомым людям, не берите что-либо у незнакомых, не входите в лифт или подъезд с незнакомыми людьми, не садитесь в машину с незнакомцами);
5. Не сидите на подоконнике, не свешивайтесь из окна или с балкона.
6. В случае пожара, если не удалось потушить огонь одеялом, выходите из квартиры, закрыв дверь и спускайтесь по лестнице (ни в коем случае не пользуйтесь лифтом), вызывайте экстренные службы по номеру 101 (либо 112).

Правила поведения на улице, в лесу (на даче):

1. Не трогайте бродячих собак и кошек, птиц, насекомых и любых других животных;
2. Не трогайте незнакомые грибы и не ешьте неизвестные ягоды и плоды, они могут быть ядовитыми!
3. Надевайте головной убор для предотвращения солнечного и теплового удара.
4. В жаркую погоду надевайте светлую, не обтягивающую одежду из натуральных тканей.
5. Для защиты от насекомых воспользуйтесь защитным средством;
6. Смертельно опасно касаться висящих или лежащих на земле проводов и даже приближаться к ним. Не влезайте на опоры высоковольтных линий электропередачи, не играйте под ними; не делайте на провода набросы проволоки; не запускайте под ними воздушных змеев; никогда не открывайте электрощиты.
7. Не разводите костры без присутствия взрослых. Огонь опасен тем, что он быстро распространяется.
8. Не находитесь на улице без присутствия взрослых после 10 часов вечера и позже.
9. В лесах или парках много клещей, укусы которых опасны. Чтобы от них защититься, выбирайте одежду, плотно прилегающую к запястьям, щиколоткам, шее. Надевайте шапку или капюшон. После возвращения из леса или парка проведите тщательный осмотр кожи. При обнаружении клеща обратитесь к врачу.
10. Соблюдайте питьевой режим чтобы не допустить обезвоживания.
11. Не ходите в заброшенные здания, на крыши и чердаки.

Правила поведения на детской площадке:

Сооружения на детской площадке выполнены из металла или других прочных материалов и, если не соблюдать правила безопасности, есть риск получить серьезные травмы.

1. Например, качели – к ним нужно подходить сбоку, садиться и вставать, дождавшись полной остановки, крепко держаться при катании.
2. Не катайтесь на на сломанных качелях, горках;
3. Не катайтесь, стоя на ногах, не прыгивайте, не подходите близко, если катаются другие дети, не раскачивайте пустые качели;
4. Если вы упали с качелей, не вставайте сразу, чтобы не получить удар по голове движущейся качелей;
5. Прежде, чем съехать с горки, нужно убедиться, что предыдущий ребенок встал на ноги и отошёл в сторону;

Правила безопасного селфи:

1. У человека, пытающегося сфотографировать сам себя внимание рассеяно и перед тем, как делать селфи нужно оглянуться вокруг и убедиться, что он находится в безопасном месте. Даже самая удачная фотография не стоит риска для жизни.
2. Не приближайтесь к краю крыши и ни в коем случае не свешивайтесь с неё, неловкое движение и даже порыв ветра могут привести к падению.
3. Собираясь фотографироваться, посмотрите, нет ли поблизости линий электропередач, к объектам энергетики даже приближаться опасно, так как можно получить удар электрическим током.
4. Не пытайтесь сфотографироваться с оружием, это опасно! Оружие – не игрушка, в том числе и травматическое.
5. Транспорт – это объект повышенной опасности, держитесь подальше от проезжей части и рельсов. Фотографироваться, взобравшись на любой вид транспорта тоже крайне опасно.
6. Не подходите к краю обрывов и не взбирайтесь на неустойчивые поверхности (такие как камни, скалы, брёвна), вы можете потерять равновесие и упасть вместо красивой фотографии.

Важно соблюдать правила безопасного поведения в различных ситуациях, соблюдение которых поможет избежать беды.