

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ МАЛЫШУ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Детские игры и зимние виды спорта особенно травматичны в морозные дни. Родителям нужно знать симптомы самых частых травм и уметь оказать первую помощь.

Травмы головы

Самые опасные

Речь не о синяках и шишках. Родителям важно знать признаки черепно-мозговых травм, чтобы сообщить об этом врачам, которые будут спасать ребенка.

Симптомы

- * Потеря сознания, головокружение и тошнота при отсутствии внешних повреждений могут говорить о травмах головного мозга.
- * Нарастающая головная боль, возникновение дезориентации, изменение поведения или даже выпадение каких-то функций, например, заторможенность речи, внезапная потеря обоняния, нарушение ритма дыхания, говорят о том, что есть вероятность развития внутреннего кровотечения и гематомы.
- * Состояние зрачков является одним из важнейших диагностических признаков. Их расширение в светлом помещении, и тем более несимметричное расширение, когда один зрачок большой, а второй «в точку», - это третий важнейший сигнал, говорящий о серьезности травмы.

Чем помочь ребенку?

В такой ситуации нужно обязательно отвезти его в больницу: необходима экстренная помощь врачей. Но даже если малыш ни на что не жалуется, но его, например, клонит в сон, непременно стоит показать его врачу.

Как предупредить?

Самое обидное, что способов предотвращения травмы, кроме банальных советов быть осторожными на скользких зимних дорогах или во время игр на улице, нет. В определенных ситуациях можно надевать шлем, чтоб хоть как-то уменьшить тяжесть травмы.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ МАЛЫШУ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Опасности на горке

Печальное последствие самой веселой зимней забавы – катания с горки – компрессионный, то есть возникший в результате сдавливания, перелом позвонков. По статистике эта зимняя детская травма стоит на втором месте.

Симптомы

* Главный – задержка дыхания: сразу после приземления на ягодицы ребенок просто забывает, как делается вдох и выдох.

* Следом наступает, не всегда, но чаще всего, болевой синдром. Для травмы нижних позвонков грудного отдела характерна боль между лопатками, поясничные позвонки болят, соответственно, ниже. Впрочем, поначалу ребенок может ни на что не жаловаться, а через несколько часов появляется скованность движений.

Чем помочь ребенку?

Отвезти в больницу. Травму диагностируют с помощью рентгена или магниторезонансной томографии (МРТ) или компьютерной томографии (КТ).

Несмотря на всю кажущуюся тяжесть травмы – позвоночник все-таки – лечение не представляет большого труда. Неврологическая симптоматика проходит довольно быстро при вытяжении «на щите». Ребенка кладут на твердую поверхность, прикрепляют груз на пояс, перекидывают гирьки через систему лебедок – и вся процедура. В стационаре придется пробыть минимум четыре недели, далее необходима реабилитация в специализированном санатории.

С возрастом высота позвонка восстанавливается полностью, если подвиги «свободного полета» на горке или трамплине и последующего неконтролируемого приземления больше не повторяются.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ МАЛЫШУ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Растяжение связок и вывихи

Симптомы

* При малейшем движении возникает боль, появляется припухлость, иногда кровоподтек.

* При вывихе помимо этих симптомов, ребенок чувствует сильную боль, изменяется форма сустава, невозможно шевелить поврежденной конечностью. Иногда в момент травмы можно услышать хлопок.

* Если поврежден нерв – наблюдается снижение чувствительности.

Малыши до двух лет иногда получают тяжелую травму во время прогулки. Мама держит карапуза за руку. Он поскользнулся, резкий рывок за руку «во имя спасения» – и вывих плеча! Причина тому – мягкие и не очень тренированные хрящи, слабые еще мышцы, наконец, просто расслабленность во время прогулки.

Чем помочь ребенку?

* При растяжении к больному месту нужно обязательно прикладывать лед. Лучше всего для этого использовать готовые пакеты с гелем, который держат в морозилке. Не оказалось под рукой льда? Можно использовать замороженные продукты. Холод прикладывают не более чем на 10 минут и повторяют процедуру каждые два часа. На травмированный сустав нужно наложить тугую повязку, используя для этого эластичный бинт.

* При вывихе никогда не пытайтесь вправить его сами. Ваша задача – как можно быстрее доставить ребенка в травмпункт, иначе вправить вывих будет труднее. Первая помощь, которую вы можете оказать самостоятельно, – зафиксировать поврежденную конечность и сустав. При вывихе сустава руки подвесьте ее на повязке по типу «косынки». При вывихе сустава ноги «прибинтуйте» ногу к шине из подручных средств. Если вывих сопровождается раной, на рану накладывают стерильную повязку.

Как предупредить?

Чтобы обеспечить безопасность маленького ребенка на прогулке, используйте специальные «поводки». Они похожи на шлейку для выгула кошек и собак, то есть охватывают обе руки через подмышки, но в отличие от приспособлений для животных, имеют короткую ручку на спине. При пользовании таким «поводком» падение удастся предотвратить, а травмы плеча не возникает.

Покупайте ребенку зимнюю обувь на подошве-протекторе. Детей постарше нужно обязательно научить «правильно падать» – пусть дома на ковре осваивает приемы, как нужно быстро сгруппироваться, собраться в «комочек». Объясните, что при падении нельзя выставлять вперед руки, приземляться на них.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ МАЛЫШУ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Поверхностные обморожения

Обморозить пальцы рук, щеки, носик несложно и при температуре около нуля, если на улице сыро и ветрено. Тем более что естественная терморегуляция у ребенка еще далека от совершенства: под действием холода нарушается кровообращение, и вот она – проблема.

Симптомы

* Боль и побледнение замерзших участков кожи.

Чем помочь ребенку?

Сделайте легкий массаж, растирая поврежденное место, пока кожа не порозовеет.

Как предупредить?

Правильно одевайте ребенка для прогулок: необходимы рукавички-непромокашки, шарф, шапка из водоотталкивающего материала на теплой подкладке. Кожу ребенка нужно защитить специальным детским кремом, не содержащим воды.

Родители всегда должны быть готовы оказать первую помощь своему ребенку!

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ МАЛЫШУ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Язык прилип?

Качели и карусели, которые есть почти в каждом дворе, зимой – «объект» повышенной опасности, когда ребенок, скинув с разгоряченных рук рукавички, хватается за железные поверхности. Раз! И прилип. Еще хуже, когда в «железный плен» попадает язык, когда малыш решил, например, лизнуть спинку санок и «приклеился».

Чем помочь ребенку?

* Единственный «щадящий» способ освободить пленника – лить теплую воду на место прилипания.

* Оставьте ребенка на детской площадке под присмотром мам гуляющих с детьми, и домой за водой.

Оказались далеко от дома? Иногда, конечно, приходится отдирать и «живьем»! Рана, к счастью, остается неглубокой. Дома обработайте ее перекисью водорода, остановите кровотечение тампоном из стерильного бинта, тесно прижав его к ране. Если кровотечение продолжается – срочно к врачу.

Как предупредить?

Постарайтесь найти нормальные слова, чтобы объяснить ребенку, почему нельзя в мороз хвататься за «железки». Обмотайте металлическую спинку санок изолентой или наденьте на нее чехол из материи.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ МАЛЫШУ ПРИ ЗИМНИХ ТРАВМАХ

Ознобыши

Название у этой напасти, конечно, потешное. Но это холодовая травма, притом, очень неприятная. Чаще всего ее получают дети от двух до трех лет.

Симптомы

* Синюшно-багровые бугорки диаметром в сантиметр и больше на щеках, лбу, носу или подбородке. Такие инфильтраты – уплотнения на коже – вызывают у малыша зуд.

Естественно, он начинает расчесывать больное место (никакие запреты не помогут!), а где расчески – там кожа мокнет, образуются корочки и ранки. Крайне неприятная вещь. К тому же все это продолжается несколько месяцев. А вся проблема-то скрыта в особенностях строения детской кожи и подкожной клетчатки. Какие именно внутренние процессы приводят к такой нетипичной реакции, точно не установлено (хотя и считается, что наиболее часто подвергаются риску дети ослабленные, у которых низкое содержание гемоглобина в крови), но зато доподлинно известен возраст появления «ознобышей» - исключительно от двух до трех лет.

Чем помочь ребенку?

Лечение, в общем-то, несложное: обычно врач назначает несколько процедур облучения кварцем. Доза называется «эритемная». Два-три сеанса, и малыш забудет об «ознобышах» навсегда. Впрочем, «самоисцеление» тоже не исключается. На радость всем, в марте, после дня весеннего равноденствия, когда солнце уже начинает пригревать и становится более активным, обычно все проходит само. И, скорее всего, «ознобыши» больше о себе не напомнят.

Как предупредить?

Чудесный защитник кожи от холода, ветра и снега – гусиный жир, которым достаточно намазать все открытые участки кожи перед выходом на улицу. И никаких проблем! Кроме единственной – а где его взять? В аптеке-то этот жир не купишь... Натопить самим, заложив в духовку купленного на базаре гуся? Дело больно хлопотное. Воспользуйтесь эквивалентом – специальным детским кремом, не содержащим воды.