

Памятки для родителей: профилактика детского травматизма и других опасных ситуаций

По данным Всемирной организации здравоохранения, ежедневно во всем мире жизнь более 2 тысяч семей омрачается из-за гибели ребенка по причине неумышленной травмы или несчастного случая. Департамент здравоохранения администрации области информирует родителей об основных правилах профилактики детского травматизма, а также напоминает о том, как защититься от укусов змей, клещей и избежать других опасных ситуаций.

Ожоги – распространенная травма у детей

- держите детей подальше от горячей плиты, пищи и утюга;
- устанавливайте на плиты кастрюли и сковородки ручками вовнутрь плиты так, чтобы дети не могли опрокинуть на себя горячую пищу. По возможности блокируйте регуляторы газовых горелок;
- держите детей подальше от открытого огня, пламени свечи, костров, взрывов петард;
- убирайте в абсолютно недоступные для детей места легковоспламеняющиеся жидкости, а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды;
- причиной ожога ребенка может быть горячая жидкость (в том числе еда), которую взрослые беззаботно оставляют на краю плиты, стола или ставят на пол; лучше убрать со стола, на котором стоит горячая пища, длинные скатерти – ребенок может дернуть за их край и опрокинуть на себя пищу;
- возможны ожоги во время купания ребенка, когда его опускают в ванну или начинают подмывать из крана, не проверив температуру воды.
- маленький ребенок может обжечься и при использовании грелки, если температура воды в ней превышает 40-60°C;
- оберегайте ребенка от солнечных ожогов, солнечного и теплового удара.

Дети не умеют летать!

- жертвами падения с высоты (кататравмы), как правило, становятся маленькие дети. Это чревато тяжелейшими травмами, которые приводят к инвалидизации или смерти.
- не разрешаете детям находиться в опасных местах (лестничные пролеты, крыши, гаражи, стройки и др.);
- устанавливаете надежные ограждения, решетки на ступеньках, лестничных пролетах, окнах и балконах (противомоскитная сетка не спасет в этой ситуации и может только создавать ложное чувство безопасности);
- открывающиеся окна и балконы должны быть абсолютно недоступны детям;
- не ставьте около открытого окна стульев и табуреток – с них ребенок может забраться на подоконник.

О безопасности ребенка на воде

- взрослые должны научить детей правилам поведения на воде и ни на минуту не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоемов;
- дети могут утонуть менее чем за две минуты даже в небольшом количестве воды - надежно закрывайте колодцы, ванны, бочки, ведра с водой;
- учите детей плавать, начиная с раннего возраста;
- дети должны знать, что нельзя плавать без присмотра взрослых;
- обязательно используйте детские спасательные жилеты соответствующего размера при всех вариантах отдыха на открытой воде (лодки, плоты, водные велосипеды, «бананы», катаера, яхты).

Профилактика удушья (асфиксии)

- 25 % всех случаев асфиксий бывает у детей в возрасте до года из-за беспечности взрослых: аспирация пищей, прижатие грудного ребенка к телу взрослого во время сна в одной постели, закрытие дыхательных отверстий мягкими игрушками и т.д.;
- маленьким детям нельзя давать еду с маленькими косточками или семечками;

- нужно следить за ребенком во время еды: кашель, шумное частое дыхание или невозможность издавать звуки – это признаки проблем с дыханием и, возможно, удушья, которое может привести к смерти.

Профилактика отравлений

- чаще всего дети отравляются лекарствами из домашней аптечки – 60% всех случаев отравлений;
- лекарства, предназначенные для взрослых, могут оказаться смертельными для детей, медикаменты ребенку нужно давать только по назначению врача и ни в коем случае не давать ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста;
- храните медикаменты в совершенно недоступных местах для детей;
- ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее ни в коем случае нельзя хранить в бутылках для пищевых продуктов – дети могут по ошибке выпить их. Такие вещества следует держать в плотно закрытых маркированных контейнерах в абсолютно недоступном для детей месте;
- следите за ребенком при прогулках в лесу – ядовитые грибы и ягоды возможная причина тяжелых отравлений;
- отравление угарным газом – крайне опасно для детей и сопровождается смертельным исходом в 80-85% случаев, неукоснительно соблюдайте правила противопожарной безопасности во всех местах пребывания детей, особенно там, где есть открытый огонь (печи, камины, бани и т.д.).

Профилактика поражения электрическим током

- дети могут получить серьезные повреждения, воткнув пальцы или какие-либо предметы в электрические розетки – эти устройства необходимо закрывать специальными защитными накладками;
- электрические провода (особенно обнаженные) должны быть недоступны детям.

Профилактика дорожно-транспортного травматизма

- как только ребенок научился ходить, его нужно обучать правильному поведению на дороге, в машине и общественном транспорте, а также обеспечивать безопасность ребенка во всех ситуациях;
 - детям дошкольного возраста особенно опасно находиться на дороге – с ними всегда должны быть взрослые;
 - детям нельзя играть возле дороги, особенно с мячом;
 - детей нельзя сажать на переднее сидение машины;
 - при перевозке ребенка в автомобиле необходимо использовать специальные кресла и ремни безопасности;
 - на одежде ребенка желательно иметь специальные светоотражающие нашивки.
- Несчастные случаи при езде на велосипеде являются распространенной причиной смерти и травматизма среди детей среднего и старшего возраста.
- учите ребенка безопасному поведению при езде на велосипеде;
 - дети должны в обязательном порядке использовать защитные шлемы и другие приспособления.

Травмы на железнодорожном транспорте – нахождение детей в зоне железной дороги может быть смертельно опасно.

- строжайшим образом запрещайте подросткам кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов.

Помните сами и постоянно напоминайте вашим детям, что строго запрещается:

- посадка и высадка на ходу поезда;
- высовываться из окон вагонов и дверей тамбуров на ходу поезда;
- оставлять детей без присмотра на посадочных платформах и в вагонах;
- выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда;
- прыгать с платформы на железнодорожные пути;
- устраивать на платформе различные подвижные игры;

- бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки;
- подходить к вагону до полной остановки поезда;
- на станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезть через автосцепки для прохода через путь;
- проходить по железнодорожным мостам и тоннелям, неспециализированным для перехода пешеходов;
- переходить через железнодорожные пути перед близко стоящим поездом;
- запрещается переходить путь сразу же после прохода поезда одного направления, не убедившись в отсутствии поезда встречного направления;
- игры детей на железнодорожных путях запрещаются;
- подниматься на электроопоры;
- приближаться к лежащему на земле электропроводу ближе 8 метров;
- проходить вдоль железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса;
- ходить в районе стрелочных переводов, так как это может привести к тяжелой травме.

Как уберечь себя от укуса змеи?

Как правило, встреча со змеей бывает неожиданной, но при этом она сама никогда не нападает: змеи кусают только в случае защиты. Укус ядовитой змеи малоприятен, а иногда и опасен для здоровья и даже жизни.

Прохладным днем змеи любят лежать на камнях и греться на солнце, а в жаркий день прячутся под камни в тени.

- прогуливаясь там, где могут быть змеи, надевайте высокие ботинки или сапоги, но не сандалии или матерчатую обувь;
- возьмите с собой длинную палку-посох, чтобы раздвигать заросли, в горах, прежде чем руками обследовать расщелины в скалах, нужно с помощью палки проверить, нет ли там ядовитых змей;
- если вы увидите змею, принявшую позу угрозы, то лучше остановиться и медленно отступить назад; если все же укус произошел, то пострадавшему необходима срочная медицинская помощь.

Первая помощь заключается в обеспечении полного покоя. Необходимо расстегнуть ворот рубашки, манжеты и пояса, зафиксировать укушенную конечность. Место укуса следует обработать раствором марганцовки; пострадавшему дать побольше воды; хорошо принять какой-нибудь антигистаминный препарат (супрастин, тавегил, фенкарол, кларитин, цетрин и др.).

При оказании первой помощи противопоказаны отсасывание крови из ранки и прижигание места укуса, а также нанесение разрезов.

Как избежать укуса клеща?

Индивидуальная защита людей от клещевого вирусного энцефалита (КВЭ) – одно из важнейших направлений неспецифической профилактики инфекций, передающихся при укусах клещей.

КВЭ – острое инфекционное вирусное заболевание, с преимущественным поражением центральной нервной системы. Последствия заболевания – от полного выздоровления до нарушений здоровья, приводящих к инвалидности и даже смерти.

Посещая лесопарковую зону, или находясь на садово-огородных участках, соблюдайте меры предосторожности – надевайте плотно прилегающую одежду светлых тонов, обрабатывайте верхнюю одежду и снаряжение акарицидными и акарицидно-репеллентными средствами.

Несмотря на то, что во Владимирской области не зарегистрированы случаи заболевания клещевым вирусным энцефалитом (КВЭ), следует проявить настороженность к этому заболеванию, поскольку почти во всех соседних областях КВЭ регистрируется.

Если клещ присосался к коже человека, необходимо обратиться за помощью в медицинскую организацию. Извлеченного клеща можно доставить в лабораторию природно-очаговых и особо опасных инфекций Центра гигиены и эпидемиологии по адресу: г. Владимир, ул. Токарева, 5, каб. №8. Прием клещей осуществляется с 09.00 до 11.00.

В лаборатории проведут анализ на зараженность клеща вирусом клещевого энцефалита. Наличие возбудителя КВЭ является показанием для проведения экстренной профилактики иммуноглобулином против клещевого вирусного энцефалита, резервы которого имеются в лечебных учреждениях.