

## Летний травматизм детей Как избежать проблем

Лето – время отдыха, игр на свежем воздухе и активных развлечений для детей. Однако вместе с радостью и праздниками приходит и повышенная опасность получения травм. Поэтому важно знать, как можно избежать таких проблем и обеспечить безопасность детей на протяжении всего тёплого сезона.

Основные причины летнего травматизма у детей могут быть связаны как с элементарным недосмотром родителей, так и с самостоятельными решениями детей. Падения с высоты, ожоги, укусы насекомых, травмы при занятиях спортом – лишь малая часть возможных происшествий. Поэтому важно быть готовыми к любым ситуациям и заранее принять меры по предотвращению травматизма у детей.

Падение с высоты (в 20% случаев страдают дети до 5 лет)

Помните, что открытые окна и балконы должны быть абсолютно недоступны маленьким детям: устанавливайте надёжные ограждения, решётки (противомоскитная сетка создает ложное чувство безопасности), не ставьте поблизости стулья и табуретки. Турникеты, качели, горки тоже могут представлять опасность, если ребёнок будет предоставлен самому себе.

Утопление (в 50% случаев страдают дети 10–13 лет из-за неумения плавать)

Маленькие дети могут утонуть менее чем за 2 минуты даже в небольшом объёме воды, поэтому надёжно закрывайте колодцы, ванны, бочки, вёдра с водой и т.д.

Учите детей плавать с раннего возраста, обязательно используйте детские спасательные жилеты при всех вариантах водного отдыха, ни на минуту не оставляйте ребёнка без присмотра вблизи водоёмов.

Не разрешайте детям играть на воде, хватая друг друга за ноги и утапливая.

Удушье (в 25% случаев жертвами становятся дети в возрасте до 1 года из-за беспечности взрослых)

Не давайте маленьким детям еду с косточками или семечками. Не отвлекайте малыша во время еды – не смешите, не играйте. Следите за ребёнком во время еды: кашель, шумное частое дыхание или невозможность издавать звуки – признаки проблем с дыханием. Обучитесь приёмам первой помощи.

Травмы на дорогах (вызывают более 25% всех смертельных случаев)

С первых шагов обучайте малыша правильному поведению на дороге, в машине и общественном транспорте. Используйте в автомобиле специальные

детские кресла и ремни безопасности. Учите ребёнка безопасному поведению при езде на велосипеде/самокате/роликах, следите за наличием обязательной защитной экипировки, в том числе используйте светоотражающие нашивки для верхней одежды.