

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИНФОРМИРОВАНИЮ РОДИТЕЛЕЙ О РИСКАХ, СВЯЗАННЫХ С ДЕТСКОЙ СМЕРТНОСТЬЮ

В период летнего отдыха у детей и подростков значительно увеличивается объем свободного времени. При нахождении несовершеннолетних без присмотра взрослых резко возрастают риски несчастных случаев, приводящих к травмам, увечьям, и даже детской смертности от внешних причин.

Основные условия проведения успешной профилактической работы с детьми

1. Чтобы избежать несчастных случаев, родители, прежде всего, должны изменить свое собственное отношение к рискам. Несчастные случаи должны перестать считаться роковым злом, которое почти невозможно предупредить. Только при таком условии можно выработать у ребенка навыки осмотрительного поведения.

2. Родители сами должны показывать пример безопасного и ответственного поведения.

3. Важно не развить у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно!

4. Никакой реальной пользы не будет от бесконечных напоминаний "будь осторожен", "делай аккуратно". Необходимо конкретно объяснять, что именно следует делать и что делать нельзя. Следует научить его последовательно выполнять ряд действий, объясняя, почему необходимо делать именно так. Действие, которое взрослыми совершается автоматически, ребенку необходимо объяснить детально.

5. Основное внимание взрослых в профилактике обычно бывает направлено на предупреждение дорожно-транспортного травматизма и предупреждение несчастных случаев при выполнении хозяйственных работ. Родителям важно понимать, что несчастные случаи чаще всего происходят во время игр и развлечений. Следует именно им уделять повышенное внимание при инструктировании ребенка.

6. Очень важно приучать детей к самообслуживанию, к участию в домашнем труде. Ребята, помогающие родителям, как правило, более аккуратны и внимательны и менее подвержены действию опасных факторов. Приучая ребенка к работе по дому, следует подробно разъяснить ему, почему необходимо выполнять те или иные правила при пользовании ножом, иголкой, электроприборами, механизированными инструментами.

7. Иногда бывает полезно рассказать ребенку о несчастных случаях, происшедших с другими детьми. Чтобы этот рассказ ему запомнился и принес реальную пользу воспитанию навыков правильного поведения, необходимо предоставить возможность самому разобраться в причинах несчастья. Ребенок должен понять, как можно было бы в данной ситуации избежать опасности. Именно такой подход убедит его в том, что опасность всегда можно предотвратить.

8. Родители не должны равнодушно проходить мимо небезопасных шалостей детей, их долг предотвратить беду, даже если она угрожает чужому ребенку. Если родители совместно с детьми становятся свидетелями опасного и рискованного поведения других людей, это должно стать поводом для серьезного обсуждения.

3. Рекомендации по предупреждению несчастных случаев

Для предупреждения несчастных случаев необходимо помнить о причинах, приводящих к ним, а также действиях, обеспечивающих их предупреждение, предотвращение.

3.1. Ожоги

Ожоги могут быть вызваны соприкосновением с горячими поверхностями, горючими веществами, при нахождении вблизи открытого огня, а также в результате длительного пребывания на солнце (такие ожоги могут сопровождаться солнечным или тепловым ударом).

Для предупреждения ожогов:

- ограничьте доступ детей к открытому огню, явлениям и веществам, которые могут вызвать ожоги;

- запретите детям разводить костры и находиться вблизи открытого огня без присмотра взрослых.

Для профилактики солнечных ожогов и ударов необходимо:

- защищать в солнечную жаркую погоду голову светлым (светлое лучше отражает солнечный свет), легким, легко проветриваемым головным убором желательного из натурального хлопка, льна;

- защищать глаза темными очками, при этом очки должны быть с фильтрами, полностью блокирующими солнечные лучи диапазонов А и В;

- избегать пребывания на открытых пространствах, под воздействием прямых солнечных лучей (солнце наиболее активно и опасно в период с 12 до 16 часов);

- нанести на кожу ребенка солнцезащитный крем (не менее 25 - 30 единиц) за 20 - 30 минут до выхода на улицу;

- находиться на солнце (если ребенок загорает в первый раз) можно не более 5 - 6 минут и 8 - 10 минут после образования загара;

- принимать солнечные ванны не чаще 2 - 3 раз в день с перерывами, во время которых ребенок должен быть в тени;

- избегать воздействия прямых лучей солнца на непокрытое тело, а особенно голову. С этой целью необходимо прикрываться зонтом, чередовать купание и отдых, не засыпать на солнце, не совершать продолжительных экскурсий в жару, больше пить;

- не находиться долгое время на солнце (даже под зонтом). Продолжительность солнечных ванн изначально не должна быть дольше 15 - 20 минут, впоследствии можно постепенно увеличить время, но не дольше двух часов с обязательными перерывами нахождения в тени и прохладе;

- загорать лучше не лежа, а в движении, а также принимать солнечные ванны в утренние и вечерние часы;

- приучать ребенка поддерживать в организме водный баланс: находясь на отдыхе на море, пить не меньше 2 - 3 литров в день;

- протирать время от времени лицо мокрым, прохладным платком, чаще умываться и принимать прохладный душ;

- научить ребенка при ощущении недомогания незамедлительно обращаться за помощью.

3.2. Падение с высоты

Падения с высоты чаще всего связаны с пребыванием детей без присмотра в опасных местах на высоте, с опасными играми на крышах, стройках, чердаках, сараях, деревьях, а также с нарушением правил поведения на аттракционах и качелях.

Для предупреждения падения с высоты необходимо:

- запретить детям играть в опасных местах;

- не оставлять детей без присмотра на высоте;

- объяснить подробно правила пользования аттракционами и качелями, необходимость соблюдения всех правил безопасности, в том числе не вставать во время движения аттракциона или во время раскачивания, не раскачиваться на большую высоту и

т.п., а также использования всех страховочных приспособлений;

- обеспечить ребенку безопасность и присмотр при открытых окнах и балконах; объяснить, что москитные сетки не защищают от падений.

3.3. Отравление

Отравления чаще всего наступают в результате вдыхания или соприкосновения ребенка с ядовитым веществом, употребления внутрь медикаментов, а также при употреблении в пищу ядовитых грибов, ягод или ядовитых растений.

Для предупреждения отравления необходимо:

- хранить ядовитые вещества и медикаменты в недоступном для детей месте, в специально маркированной посуде;

- давать ребенку лекарственные препараты только по назначению врача и ни в коем случае не давать ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста;

- не употреблять в пищу незнакомые грибы и ягоды. Объяснить ребенку, что пробовать незнакомые грибы, ягоды и другие растения опасно для жизни.

3.4. Поражение электрическим током

Поражение электрическим током чаще всего наступает при нахождении детей в запрещенных местах (на стройках, в промышленных зонах, заброшенных домах и т.п.).

Для предупреждения поражения электрическим током необходимо:

- запретить детям играть в опасных местах;

- объяснить ребенку опасность прикосновения к электрическим проводам.

3.5. Утопление

Утопления происходят по причине купания в запрещенных местах, ныряния на глубину или неумения ребенка плавать.

Для предупреждения утопления необходимо:

- не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоема;

- разрешать купаться только в специально отведенных для этого местах;

- обеспечить его защитными средствами в случае, если ребенок не умеет плавать;

- напоминать ребенку правила поведения на воде перед каждым посещением водоема.

3.6. Роллинговый травматизм

Роллинговый травматизм наступает в результате падений при катании на роликовых коньках. Нередко приводит к тяжелейшим повреждениям опорно-двигательного аппарата и травмам головы, иногда несовместимым с жизнью.

Для предупреждения роллингового травматизма необходимо:

- выбирать правильно роликовые коньки: голенище должно надежно поддерживать голеностопный сустав;

- научить ребенка стоять и перемещаться на роликах. Для этого можно подвести его к перилам, поставить между двух стульев. Важно проследить за правильной постановкой голеностопного сустава;

- научить способам торможения. Если не можете этого сделать сами - пригласите опытного роллера;

- обязательно приобрести наколенники, налокотники, напульсники и шлем - это предупредит основные травмы; требуйте их использования ребенком;

- научить ребенка правильно падать: вперед на колени, а затем на руки;
- запретить кататься вблизи проезжей части;
- научить детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.

3.7. Дорожно-транспортный травматизм

Дорожно-транспортный травматизм происходит при несоблюдении правил дорожного движения с участием пешеходов, автомобилей, при езде на велосипеде и мотоцикле.

Для предупреждения дорожно-транспортного травматизма необходимо:

- соблюдать неукоснительно самим, а также научить ребенка соблюдать правила дорожного движения;

- научить ребенка правильно переходить проезжую часть (в установленных местах, на разрешенный сигнал светофора, убедившись в отсутствии транспортных средств). Самая опасная машина - стоящая: ребенок считает, что если опасности не видно, значит, ее нет. Но, выходя из-за такой машины на проезжую часть, 63 ребенка из 100, попавших в дорожное происшествие, попадают под колеса другой машины;

- использовать при перевозке ребенка в автомобиле специальное кресло и ремни безопасности;

- научить ребенка безопасному поведению при езде на мотоцикле и велосипеде. Дети должны обязательно использовать защитные шлемы и другие защитные приспособления.

Серьезный риск представляет нарушение правил поведения на железной дороге. Для предупреждения дорожно-транспортного травматизма на железной дороге необходимо:

- не оставлять детей без присмотра вблизи железнодорожных путей;

- запрещать детям находиться на железнодорожных узлах, развязках и т.п., кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов;

- учить детей переходить железнодорожные пути только в специально отведенных местах;

- соблюдать самим и требовать от детей соблюдения правил проезда в железнодорожном транспорте: нахождения на платформах, посадки и высадки пассажиров из вагона, поведения в вагонах.

Родители должны помнить, что соблюдение правил безопасности во всех ситуациях - это средство спасения жизни и здоровья ребенка!