

Дитячий травматизм і його попередження - дуже важлива і серйозна проблема. Незважаючи на велику різноманітність травм у дітей, причини, що викликають їх, типові. Перш за все, це невпорядкованість зовнішнього середовища, недбалість, недогляд дорослих, необережна, неправильна поведінка дитини в побуті, на вулиці, під час ігор, занять спортом. Природно, виникненню травм сприяють і психологічні особливості дітей: допитливість, велика рухливість, емоційність, недолік життєвого досвіду, а звідси відсутність почуття небезпеки.

Дорослі зобов'язані попереджати можливі ризики і захищати дітей від них.

Робота батьків щодо попередження травматизму повинна йти в 2 напрямках:

1. Усунення травмонебезпечних ситуацій;

2. Систематичне навчання дітей основам профілактики травматизму. Важливо при цьому не розвинути у дитини почуття боязкості і страху, а, навпаки, вселити їй, що небезпеки можна уникнути, якщо вести себе правильно.

Найбільш часто зустрічається травматизм у дітей - побутовий.

Основні види травм, які діти можуть отримати вдома, і їх причини:

• опік від гарячої плити, посуду, їжі, окропу, пари, праски, інших електроприладів і відкритого вогню;

• падіння з ліжка, вікна, стола і сходинок;

• задуха від дрібних предметів (монет, гудзиків, гайок тощо);

• отруєння побутовими хімічними речовинами (інсектицидами, миючими рідинами, відбілювачами тощо);

• ураження електричним струмом від несправних електроприладів, оголених проводів, від утикання голок, ножів та інших металевих предметів в розетки і настінну проводку.

**Падіння**

Падіння - поширена причина забитих місць, переломів кісток та серйозних травм голови. Їх можна запобігти, якщо:

-Не дозволяти дітям лазити в небезпечних місцях;

-Встановлювати огородження на сходах, вікнах і балконах.

У літній час зоною підвищеної небезпеки стають дитячі майданчики, а особливо гойдалка. Якщо дитина впала з гойдалки, вона повинна притиснутися до землі і подалі відповзти, щоб уникнути додаткового удару.

Добровільний стрибок з гойдалки ніколи не закінчується безпечним приземленням на ноги. Від різкого зтикання з грунтом - перелом щиколоток, гомілкових кісток, вивих гомілковостопних суглобів.

Порізи

Розбите скло може стати причиною порізів, втрати крові та зараження. Скляні пляшки потрібно тримати подалі від дітей і немовлят. Потрібно вчити маленьких дітей не доторкатися до розбитого скла.

Ножі, леза і ножиці необхідно тримати в недоступних для дітей місцях. Старших дітей треба навчити обережного поводження з цими предметами.

Можна уникнути багатьох травм, якщо пояснювати дітям, що кидатися камінням та іншими гострими предметами, грати з ножами або ножицями дуже небезпечно.

Гострі металеві предмети, іржаві банки можуть стати джерелом зараження ран. Таких предметів не повинно бути на дитячих ігрових майданчиках.

**Травматизм на дорозі**

З всіляких травм на вулично-транспортну припадає кожна двохсота. Але наслідки їх дуже серйозні. Найнебезпечніша машина - стояча: дитина вважає, що якщо небезпеки не видно, значить, її немає. Але, виходячи з-за такої машини на проїжджу частину, 63 дитини з 100 потрапили в дорожню пригоду потрапляють під колеса іншої машини.

Діти повинні знати і дотримуватися таких правил, коли переходять дорогу:

• зупинитися на узбіччі;

• подивитися в обидві сторони;

• перед тим як переходити дорогу, переконатися, що машин або інших транспортних засобів на дорозі немає;

• переходячи дорогу, триматися за руку дорослого або дитини старшого віку;

• йти, але ні в якому разі не бігти;

• переходити дорогу лише у встановлених місцях на зелений сигнал світлофора;

• на дорогу треба виходити спокійно, зосереджено, впевнено і так, щоб водій бачив тебе;

• переходити дорогу треба по перпендикуляру до осі, а не по діагоналі;

• якщо транспортний потік застав на середині дороги, слід зупинитися і не панікувати;

• маленьку дитину переводити через дорогу треба тільки за руку;

• треба навчити дитину не піддаватися "стадному" почуттю при переході вулиці групою;

• дітям не можна грати біля дороги, особливо з м'ячем;

• Щоб уникнути нещасних випадків дітей треба вчити ходити по тротуарах особою до автомобільного руху.

Старших дітей необхідно навчити доглядати за молодшими.

При перевезенні дитини в автомобілі, необхідно використовувати спеціальне крісло і ремені безпеки, дитину треба посадити ззаду і справа.

Нещасні випадки при їзді на велосипеді є поширеною причиною травматизму серед дітей старшого віку. Таких випадків можна уникнути, якщо родичі і батьки будуть вчити дитину безпечній поведінці при їзді на велосипеді. Дітям потрібно надягати на голову шоломи та інші пристосування для захисту.

Ще ні одне захоплення дітей не приводило до такого напливу поранених, як роллінг (катання на роликових ковзанах), який останнім часом став особливо популярним. В роллінгу занадто високі вимоги до володіння тілом - найменший збій призводить до падіння, що завжди загрожує травмою.

Купуючи дитині роликові ковзани, навчіть стояти на них і переміщатися.

Для цього можна підвести до поручнів, поставити між двох стільців. Простежте за правильною постановкою гомілковостопного суглоба.

Не купуйте дітям роликових ковзанів китайського виробництва, хоча й коштують вони дешевше. Вони травмоопасні і недовговічні.

Халява повинно служити хорошою опорою, тому має бути твердою.

Запросіть досвідченого роллера, якщо самі не можете навчити хоча б одному методу гальмування.

Обов'язково придбайте наколінники, налокітники, напульсники і шолом. Це попередить основні травми.

Навчіть правильно падати - вперед на коліна, а потім на руки.

Кататися потрібно подалі від автомобільних доріг.

Навчіть дітей уникати високих швидкостей, стежити за рельєфом дороги, бути уважним.

**Водний травматизм**

Дорослі повинні навчити дітей правилам поведінки на воді і ні на хвилину не залишати дитину без нагляду поблизу водоймищ.

Діти можуть потонути менше, ніж за дві хвилини навіть в невеликій кількості води, тому їх ніколи не слід залишати одних у воді або поблизу води, в т.ч. - У ванній.

Потрібно закривати колодязі, ванни, відра з водою.

Дітей потрібно вчити плавати, починаючи з раннього віку.

Діти повинні знати, що не можна плавати без нагляду дорослих.

**Опіки**

Опіків можна уникнути, якщо:

тримати дітей подалі від гарячої плити, їжі і праски;

встановлювати плити досить високо або відкручувати ручки конфорок, щоб діти не могли до них дістати;

тримати дітей подалі від відкритого вогню, полум'я свічки, багать, вибухів петард;

ховати від дітей легкозаймисті рідини, такі, як бензин, гас, а також сірники, свічки, запальнички, бенгальські вогні, петарди.

**Задуха від малих предметів**

Маленьким дітям не слід давати їжу з маленькими кісточками або насінням. За дітьми завжди потрібно наглядати під час їжі. Годуйте дитину подрібненої їжею.

Кашель, гучне часте дихання або неможливість видавати звуки - це ознаки проблем з диханням і, можливо, задухи. Слід переконатися, що з дитиною все гаразд. Якщо у неї утруднене дихання, не можна виключити можливість потрапляння дрібних предметів в дихальні шляхи дитини, навіть якщо ніхто не бачив, як дитина клала що- небудь в рот.

Отруєння

Отруйні речовини, медикаменти, відбілювачі, кислоти та пальне, наприклад гас, ні в якому разі не можна зберігати в пляшках для харчових продуктів - діти можуть помилково випити їх. Такі речовини слід тримати в щільно закритих маркованих контейнерах, в недоступному для дітей місці.

Відбілювач, отрути для щурів і комах, гас, кислоти та лужні розчини, інші отруйні речовини можуть викликати важке отруєння, ураження мозку, сліпоту і смерть. Яд небезпечний не тільки при ковтанні, а й при вдиханні, попаданні на шкіру, в очі і навіть на одяг.

Ліки, призначені для дорослих, можуть виявитися смертельними для дітей. Медикаменти дитині потрібно давати тільки за призначенням лікаря і в жодному разі не давати їй ліки, призначені для дорослих чи дітей іншого віку. Зберігати медикаменти необхідно в місцях недоступних для дітей.

Неправильне застосування і передозування антибіотиків можуть привести у маленьких дітей до глухоти.

**Ураження електричним струмом**

Діти можуть отримати серйозні пошкодження, встромивши пальці чи якісь предмети в електричні розетки; їх необхідно закривати, щоб запобігти ураження електричним струмом. Електричні дроти повинні бути недоступні дітям - оголені дроти становлять для них особливу небезпеку.

Дуже важливо для дорослих - самим правильно вести себе у всіх ситуаціях, демонструючи дітям безпечний спосіб життя. Не забувайте, що приклад дорослого для дитини заразливий!