Профилактика детского травматизма зимой

Катание на санках, лыжах, коньках, тюбах (надувных санках) – самое любимое развлечение детей зимой. К сожалению, именно оно становится причиной многих травм. Здесь возрастает роль взрослых, которые должны научить ребенка правилам поведения, позволяющим избежать получения травм, и усилить контроль за их соблюдением.

Для предупреждения несчастных случаев и травмирования несовершеннолетних в зимний период необходимо помнить, что:

* при выборе инвентаря для катания предпочтение отдавать санкам;
* спускаться следует только с ровных, укатанных, пологих горок без трамплинов, кочек, деревьев или кустов на пути, заранее проверив, свободна ли трасса;
* в критической ситуации лучше перевернуться или завалиться на бок, чем столкнуться с деревом или другими санками;
* на коньках лучше всего кататься в специально оборудованных местах или катках;
* кататься на тюбингах можно только на специально оборудованных трассах – ровных, с выделенными полосами, с плоским съездом, с уклоном не менее 20-30 градусов, где все катаются строго по очереди;
* тюбинг должен быть в меру накачан, сидеть в нем может только один человек, обязательно держась за ручки;
* запрещено: кататься на тюбинге детям до 6 лет, от 6 до 12 лет – без присмотра взрослых; привязывать тюбинг к транспортным средствам.

Игра в снежки – еще одна зимняя забава, которая может привести к повреждениям глаз, поэтому задача взрослых – убедить ребенка беречься от попадания снега в лицо и не бросать снежки с ледяной корочкой и обледенелыми кусочками снега в друзей, особенно в голову.

Внимание и осторожность – главные принципы поведения, которых следует неукоснительно придерживаться в гололед, т. к. именно в это время возрастает количество травм и переломов у детей. Чтобы этого избежать, в первую очередь, необходимо правильно подобрать ребенку обувь: она должна быть на плоской рифленой подошве, произведенной из мягкой резины или термоэластопластов. Перемещаться по скользкой улице следует медленно, избегая резких движений, по возможности обходить лестницы. Если все же предстоит спуск по ступенькам, то ногу необходимо ставить вдоль ступеньки – в случае потери равновесия такая позиция смягчит падение.

Чтобы избежать неприятных последствий обморожения, родители должны правильно одеть ребенка для прогулок: многослойно, в теплую сухую одежду из натуральных материалов с обязательным слоем нательного белья, не забывать про перчатки, а уши и шею ребенка закрывать шапкой, шарфом и поднятым воротником. Обязательно защищать открытые участки кожи специальным детским кремом за 30 минут до выхода на улицу.

Наконец, зимой к списку травм добавляется еще и риск «приклеиться». Родителям нужно доходчиво объяснить ребенку, что в мороз нельзя лизать языком и притрагиваться мокрыми руками к железным конструкциям.

Уважаемые взрослые! Многих серьезных травм можно избежать, если вы будете внимательно следить за своими детьми и заботиться, чтобы их окружение было безопасным.