

# **Травмы в зимний период. Первая помощь**

Подготовила:  
Воспитатель

**Османова Ильмира Диляверовна**

Детям полезно играть на свежем воздухе в любую погоду, кроме самых экстремальных морозов и метели.

Сколько развлечений дарит зима! Санки, коньки, снежки – ну разве не здорово? Любо-дорого глядеть на детвору: визг, смех, покрасневшие щеки! Они в восторге, увлечены и не замечают опасностей, подстерегающих их во время игр зимой.

Количество обращений в травмпункты одинаково высоко как летом, так и зимой. Но если на летний период приходится пик резаных ран, то зимнее время года характеризуется всплеском более серьезных для здоровья травм – переломов и сотрясений головного мозга.

# Детский травматизм

**Травма** – это повреждение тканей или органов тела в результате какого-либо внешнего фактора или воздействия (ушибы, ранения, механические, термические, химические, радиационные и др.).

**Травматизм** – совокупность травм, полученных при определенных обстоятельствах, условиях труда и быта за определенный отрезок времени (месяц, квартал, год и т.п.).

**Травматизм - одна из ведущих причин смертности и инвалидности в детском возрасте.**

# Травмы на горке

Стоит во дворе горка, съезжают с нее малыши – кто на санках, кто на картонке. Мальчишки постарше катаются стоя – сидя ведь уже неинтересно! А какой-нибудь заводила обязательно устроит кучу-малу! Дорогие родители, именно на дворовой горке, которая кажется такой безобидной, часто происходят серьезные травмы: черепно-мозговые, переломы конечностей, ушибы. «Распознать» сотрясение мозга несложно: оно сопровождается тошнотой, головокружением, а более серьезные случаи – нарушением и даже полным ограничением двигательных движений.



## **Перелом.**

Детский перелом часто остается без внимания родителей. Ведь отличие детского перелома от взрослого в том, что не всегда ребенок ограничен в движении. Сломанной рукой он может двигать, на ногу – наступать, опираться. Кроме того, травмированная конечность не отекает. Бывает так, что у ребенка сильно рука или нога не болит, и единственная возможность определить перелом – сравнить температуру обеих конечностей: больная конечность будет горячее.



## Правила катания на горке.

Конечно, ребенку трудно запретить подходить к горке, когда вокруг ребятня катается и веселится, но все-таки постарайтесь донести до него основные правила безопасности:

1. Кататься нужно по очереди, дав товарищу время спокойно съехать и отойти, а потом уж пускаться вниз самому, а то можно и удариться об лед.
2. Если ребят много, лучше пропустить их, переждав столпотворение: заняться игрой в снежки, строительством крепости.
3. Маленькому ребенку не нужно брать пример со старших детей, стоя скатывающихся с горки: скатываясь сидя риск получить серьезную травму меньше.
4. Но горка во дворе – все-таки забава малышей. Детвора постарше жаждет острых ощущений! Крутой спуск косогора – вот что их привлекает. Изобилие ям и кочек, которых не видно сверху, увеличивает риск получить не только ушиб, перелом, но и травму позвоночника. Разбитый нос – это исход для неудачно прокатившегося с горки ребенка.

**ТАКАЯ ГОРКА  
ОПАСНА!**



# КАТОК

Да, в Крыму не часто бывает снег... и мы, как родители, желая подарить детям зимнюю сказку часто берем их с собой на каток.

Собираясь с детьми на каток, помните о главном: вы подвергаете себя и ребенка риску получить травму. Ведь там, где лед – там и падения.

Травмы, полученные на катке, очень тяжелые. Здесь зачастую не обходится дело ушибами: случаются переломы, сотрясения головного мозга, резаные раны, нанесенные коньками.

Вот некоторые рекомендации, придерживаться которых я советую каждому родителю:

1. Даже если ребенок хорошо катается, держится уверенно на коньках, родители все равно должны находиться с ним рядом на льду. Ведь если не он упадет, так его могут толкнуть, а вы, будучи рядом, сможете смягчить удар.
2. Обязательно надевайте на ребенка побольше одежды: ведь она предохраняет от ушибов при падении. Не пренебрегайте защитными средствами: наколенниками, налокотниками, шлемом. Проверьте, надежно ли зафиксированы на ногах коньки.
3. Научите ребенка падать на льду: он должен уметь группироваться, собираться в комочек – так, чтобы ушиб приходился на как можно большую площадь. Лучше упасть на бок, чем на выставленную вперед конечность.





# ЗАПРЕЩЕНО!!!!





# СНЕЖКИ

До чего весело запустить снежным шариком в своего друга! Но если попасть в глаз, ушиб глаза гарантирован. Не разрешайте малышам играть рядом с взрослыми детьми, ведь маленький ребенок может не увернуться от опасного снежка, пусть даже не ему адресованному.





# Обморожения

Дети, порой, бывают так увлечены играми, что просто не замечают холода: варежки и перчатки в лучшем случае – в кармане, в худшем – потеряны, шапка набекрень, воротник куртки расстегнут. Вот после такой прогулки и фиксируются травматологами случаи обморожения конечностей. Это очень опасно



# Как оказать первую помощь

Если ребенок получил травму, родителям, в первую очередь, не нужно паниковать! Своей паникой вы только усугубите ситуацию. Не нужно судорожно вспоминать о мерах первой помощи, ни в коем случае не накладывайте никаких жгутов! Если из раны ребенка течет кровь, зажмите ее своей рукой. При любой травме: будь то резаная рана, ушиб, перелом, всегда прикладывайте лед.

Не надо заниматься самолечением: мази, йод, зеленка могут только навредить! Помните о том, что при подозрении на тяжелое сотрясение мозга ребенка можно транспортировать в больницу только в лежачем состоянии.

Ни при каких условиях не стоит медлить с визитом к врачу, чтобы не осложнять состояние ребенка и дальнейшее лечение.



## **Уважаемые родители!**

Жизнь и здоровье детей - самое ценное для каждого человека и страны.

Сохранить здоровье ребенка задача каждого родителя. Обязанность родителей обучать детей основам профилактики травматизма. Важно при этом внушить им, что опасности можно избежать, если вести себя правильно.

Не позволяйте несчастным случаям и травмам в зимний период причинить вред Вашим детям.

**Будьте здоровы!!!**



# Куда звонить в экстренных случаях?

## Экстренные службы

## Телефоны



Скорая помощь



103



Полиция



102



Пожарная служба



101



МЧС



112



Газовая служба



104



Ребёнок в опасности



121



Консультация по госуслугам



115