Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад №20 «Ромашка»

143980, Московская область, г. Железнодорожный, ул. Граничная, 38А

тел. 8(495) 522-42-97

e-mail: zddou20@yandex.ru

Утверждаю

Заведующий

МАДОУ д/с № 20

\_\_\_\_\_\_\_\_ Перегудова И.А.

Подготовила:

Воспитатель МАДОУ №20

Л.Р. Ямолдинова

г. Железнодорожный, 2014г.

Московская область

Детский травматизм кажется неизбежным злом, особенно в зимние морозные дни. Большинство травм и опасных ситуаций можно избежать. И профилактика детского травматизма, естественно, ложится на плечи родителей и воспитателей. Детский травматизм распространен куда больше, чем травматизм взрослых, и это не удивительно. Дети очень любознательны, пытаются активно познавать окружающий мир. Но при этом житейских навыков у них еще мало, и они не всегда умеют оценить опасность ситуации. Поэтому детские травмы, увы, не редкость.

Полностью искоренить детский травматизм невозможно — от несчастного случая, увы, не застрахован никто. Но задача родителей — максимально обезопасить своего ребенка. Ведь большинство травм происходят именно по вине родителей — недоглядели, недообъяснили.

Детский травматизм — серьезная проблема, но если родители будут следить за своим ребенком и научат его правилам безопасности, многих травм удастся избежать. В связи с этим необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

* В зимнее время необходимо использовать обувь с ребристой подошвой. Если у Вашего ребёнка подошва гладкая, отнесите сапоги или ботинки в обувную мастерскую и попросите помочь приспособить обувь к зимнему времени.

Можно самостоятельно сделать подошву не скользкой. Для этого можно наклеивать на подошву обычный пластырь, но надолго его, конечно, не хватит.

* Важно, чтобы зимняя обувь была удобной и нигде не натирала.
* Когда на улице гололёд - предупредите ребенка, чтобы он избегал скользких мест.

Чтоб вовремя и умело оказать первую помощь при несчастном случае нужно знать симптомы самых частых травм.

***Травмы головы***

Эти травмы по праву можно назвать самыми опасными. Сейчас мы будем говорить не об обычных синяках и шишках, а о более серьезных черепно-мозговых травмах. Ведь родителям стоит знать признаки таких ушибов, чтоб вовремя вызвать помощь.

Симптомы:Даже если нет явных наружных повреждения, признаками черепно-мозговой травмы стают головокружение, потеря сознания и тошнота. Если у ребенка сильная нарастающая боль в голове после удара, появилась дезориентация в местности, внезапная потеря обоняния, изменилось поведение, появилось заторможенность речи, а также нарушение ритма дыхания, все эти признаки сигнализируют о большой вероятности развития гематомы и внутреннего кровотечения. Обратите внимание на расширение зрачков, если они несимметричны (один « в точку», а другой - большой) или сильно расширены в светлом помещении, то это говорит о серьезности травмы, когда нужна срочная помощь.

*Как помочь малышу?*

Вашей главной задачей является как можно быстрее доставить ребенка в больницу. Даже если вы не видите причин для поездки к врачу, и малыш ни на что не жалуется, но его клонит на сон, непременно съездите и покажите ребенка доктору.

*Как предупредить?*

Способов предотвращения травмы, к большому сожалению, просто не существует. Конечно, нужно быть предельно осторожными на скользких дорогах и играх на улице, но это не может обеспечить стопроцентную безопасность. Если ребенок собирается на горку или групповую игру на катке, то можно надеть на него шлем, чтоб немного уменьшить тяжесть возможной травмы.

***Опасности на горке***

Такое веселое развлечение для малышей, как катание с горки, может привести к очень сложной травме - к компрессионному перелому позвоночника, который возникает в результате сдавливания. К сожалению, по статистике занимает второе место по детским травмам зимой.

Симптомы: Самым главным симптомом, который указывает на данную травму, является временная задержка дыхания. После приземления малыша на ягодицы он попросту забывает сделать вдох и выдох. Дальше в большинстве случаев наступает болевой синдром, но не всегда. Если малыш жалуется на боль между лопатками, то эти сигнализирует о травме нижних позвонков грудного отдела. Если боль локализируется значительно ниже, то повреждены поясничные позвонки. Известны случаи, когда ребенок совершенно не жалуется на боль в течение нескольких часов, а потом уже появляется скованность движений.

Чем помочь малышу?

Если есть признаки перелома, немедленно везите ребенка в больницу. Там с помощью специальных аппаратов (в основном это рентген, или компьютерных томограф, или магниторезонансный томограф) удастся установить точный диагноз.

Не впадайте в панику, эта травма не так серьезна, как может показаться на первый взгляд. Конечно, шутить не стоит, все-таки позвоночник, но главное, если пройти соответствующее лечение, малыш скоро забудет про эту неприятность. Неврологическая симптоматика проходит быстро, после вытяжения «на щите». Малыша кладут на твердую поверхность, затем крепят груз на пояс, а гирьки перекидывают через систему лебедок. Длительность лечения в стационаре приблизительно 4 недели, далее стоит поехать на реабилитацию в санаторий.

С ростом малыша его позвонки будут полностью восстановлены, но это при условии, что подобные травмы не повторяться, иначе следующий перелом может иметь очень неприятные последствия.

***Растяжение связок***

Симптомы: резкая боль при движении, припухлость, кровоподтёки.

Помощь: наложить повязку (эластичный бинт), обеспечив неподвижность сустава, и обратиться к врачу. Для уменьшения отёка можно наложить на больное место смоченную в холодной воде ткань или пузырь со льдом (но не более чем на 1-2 часа). Можно принять обезболивающее.

***Вывих***

Симптомы: сильная боль, отёк, неподвижность, изменение формы сустава.

Помощь: не старайтесь самостоятельно вправить вывихи, это может привести к болевому шоку у пострадавшего и дополнительным повреждениям. Нужно обеспечить неподвижность и покой повреждённого сустава: руку подвесить на бинте, шарфе, ремне, на ногу наложить шину (например, плоские доски) или прибинтовать её к другой ноге.

При *вывихе бедра* – положить пострадавшего на здоровый бок, не давая двигаться. Для уменьшения боли – приложить к повреждённому месту пузырь со льдом или холодной водой, дать обезболивающее.

В случае крайней необходимости, когда нет возможности вызвать врача, - больного нужно транспортировать в больницу самостоятельно, соблюдая особую осторожность.

***Перелом***

Симптомы: сильная, резкая боль, усиливающаяся при движении конечностью, чувствительность даже к очень слабому прикосновению. Отёчность и опухание с изменением цвета кожи, изменением формы места перелома.

Помощь: Обеспечить полный покой повреждённой кости, наложить шину из подручных средств или прибинтовать повреждённые конечности друг к другу или к телу. Дать пострадавшему таблетку анальгина, приложить на место травмы что-нибудь холодное. При кровотечении наложить на рану стерильную повязку. Вызвать "скорую", если это возможно – перевезти пострадавшего на попутной машине в ближайшее медицинское учреждение, соблюдая особую осторожность.

***Поверхностные обморожения.***

Даже если температура на улице колеблется около ноля, но погода ветреная и сырая, то есть большая вероятность обморозить носик, пальчики или щечки. Тем более, что терморегуляция у ребенка еще не полностью сформировалась, а на холоде кровообращение еще больше нарушается.

Симптомы: Ребенок начинает жаловаться на боль, а замершие участки кожи приобретают бледный оттенок.

Чем помочь ребенку?

Растирайте обмороженные места легкими массажными движениями, пока кожа не станет привычного цвета.

Как предупредить?

Если вы правильно одеваете ребенка на улицу, то можете, не беспокоится, что он обморозит кожу. Под словом «правильно» разумеется надевание шапка из водоотталкивающего материала на теплой основе, непромокаемые рукавички и теплый шарф. Также незадолго до выхода на улицу защитите кожу ребенка кремом, который не содержит воду.

***Прилип язык?***

Практически в каждом дворе имеют карусели или качели. Летом немного проще, хоть и здесь есть всегда риск травмироваться. Но зимой к списку травм добавляется еще и риск «приклеится». Например, ребенок набегался, разгорячился, снял рукавички и притронулся к железной конструкции. Все, прилип. Еще хуже, если малыш решил поэкспериментировать и лизнул железо, к примеру, спинку санок.

Чем помочь малышу?

Чтоб более менее безболезненно освободится из плена, нужно на прилипшее место лить теплую воду. Попросите мам, гуляющих на площадке с детьми, присмотреть за вашим ребенком, а сами идите домой за водой.

Но если так случилось, что вы находитесь далеко от дома, и негде попросить воды, придется отдирать «живьем». К счастью, рана после происшедшего будет неглубокой и быстро заживет. Дома обязательно обработайте больное место перекисью водорода, а если ранка кровоточит, то плотно прижмите к ней стерильный тампон. Засеките, сколько времени не останавливается кровотечение, если больше 20 минут, то срочно отправляйтесь к врачу.

Как предупредить?

Чтоб хоть немного обезопасить ребенка, обмотайте спинку санок изолентой или сшейте чехол из материи. Постарайтесь доходчиво объяснить ребенку, что случится, если он схватиться в мороз за железку, напомните, что не стоит проводить эксперименты.

Лучшим защитником кожи от холода, мороза и ветра является гусиный жир. Уникальная вещь, стоит только тонким слоем нанести на открытые участки кожи и можно смело отправляться на улицу. Но есть одна проблема - где его найти? В аптеках, к сожалению, не купишь, а самой топить купленного гуся в духовке - уж больно хлопотное дело. Выход есть, замените жир детским кремом, который не содержит воду. Вот и решение проблемы.

**Важно! Нельзя лечиться самостоятельно! Помните, при зимних травмах нужно сразу обратиться к врачу!**

**УДАЧНЫХ ЗИМНИХ ПРОГУЛОК!!!**

****