***Детский травматизм: как уберечь ребенка?***

**«Профилактика болезни самое разумное лечение.»**

**Силован Рамишвили**

Детский травматизм кажется неизбежным злом, особенно в летний период — на каникулах тяжело контролировать ребенка и ограждать его от опасностей. На самом деле, большинства травм и опасных ситуаций можно избежать. И профилактика детского травматизма, естественно, ложится на плечи родителей и учителей.

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.

Детский травматизм условно можно разделить на пять типов в зависимости от места, где ребенок может получить травму:

* бытовой (травмы, которые возникают дома, во дворе, в детском саду);
* уличный (в первую очередь транспортный, но также и не связанный с транспортом);
* школьный;
* спортивный;
* прочий.

Бытовой травматизм — самый распространенный, и причина его в большинстве случаев — невнимательность родителей, которые не только оставляют ребенка без присмотра, но и оставляют в доступных местах опасные для ребенка предметы, не закрывают окна и т.п.

Существует и другая классификация детского травматизма — возрастная. У детей каждого возраста — свои особенности развития и поведения, которые и обуславливают наиболее распространенные типы травм. Так, в грудном возрасте (до года) детский травматизм чаще всего связан с заглатыванием посторонних предметов. Ребенок пытается познавать мир единственным доступным ему способом — он трогает руками предметы, находящиеся в непосредственной близости, и пытается тянуть их в рот.

В возрасте от года до трех ребенок учится ходить и становится очень подвижным. Поэтому к травмам от заглатываемых предметов добавляются травмы, связанные с падениями (ушибы, переломы), травмы от острых предметов, ожоги, поражения током. После трех лет любознательность растет, окружающий мир ребенка больше не ограничивается квартирой, поэтому вероятность получить травму увеличивается.

Затем ребенок идет в школу, и родители уже не могут контролировать его так, как раньше. Добавляется школьный и спортивный детский травматизм. Всплеск травматизма часто приходится на подростковый возраст: в это время детский травматизм обусловлен не только любопытством и неумением оценить опасность, но еще и желанием покрасоваться перед ровесниками, быть не хуже, чем другие, и безрассудной смелостью.

**Профилактика детского травматизма**

Конечно, 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.

Способы профилактики детского травматизма зависят от возраста ребенка. В грудном возрасте, например, особо важен постоянный надзор. Конечно, тяжело уследить за ребенком 24 часа в сутки, 7 дней в неделю, но чем младше ребенок, тем важнее не выпускать его из вида. Детский травматизм в младенческом возрасте целиком и полностью на совести родителей. Младенец еще не знает, что такое «опасно», и объяснить ему это нельзя. Так что если малыш проглотил пуговицу или — не дай Бог! — выпал из стоявшей на балконе коляски, виноваты родители.

Ребенок растет, начинает ходить, гулять с вами на улице, так что теперь ваша задача — максимально оградить его от травмоопасных предметов. Дома — спрятать от него хрупкие и острые предметы, спички, нагревательные электроприборы, химикаты (чистящие средства, краски, лаки и пр.). Розетки закрываются специальными заглушками. Нужно закрывать окна (или хотя бы снабдить их прочными сетками) и не подпускать ребенка к плите и другой опасной бытовой технике.

Кроме того, в этом возрасте нужно уже учить ребенка самостоятельно определять степень опасности. Расскажите ему, что спичками и утюгом можно обжечься, ножом — порезаться, а кипятком — ошпариться. В этом возрасте дети уже вполне способны воспринимать аргументацию, и лучше пусть он узнает об опасности с ваших слов, чем на собственном опыте. Только рассказывайте спокойно, не надо запугивать ребенка.

Чем старше становится ребенок, тем большую важность приобретает объяснение правил техники безопасности. Когда ребенок идет в школу, родители часто перекладывают ответственность за детский травматизм на классных руководителей, учителей физкультуры, труда и ОБЖ. Да, во время уроков учителя несут ответственность за ребенка, но родители сами должны ознакомить свое чадо с правилами дорожного движения и другими правилами безопасности. В конце концов, учитель отвечает за целый класс, очень тяжело уследить за 40 детьми. У вас же только один ребенок — и в ваших силах сделать так, чтобы он не пытался выбежать на проезжую часть или выкинуть еще что-нибудь опасное.

Детский травматизм — серьезная проблема, но если родители будут следить за своим ребенком и научат его правилам безопасности, многих травм удастся избежать.

 ***Правила поведения детей в общественных местах***

В общественных местах, будь то театр, музей, зоопарк или транспорт, дети постоянно сталкиваются с другими людьми. Благодаря соблюдению несложных правил поведения ребенка в обществе, формируются навыки культуры поведения.

Прежде всего, малыш должен запомнить, что в общественных местах разговаривают негромко, ни в коем случае нельзя кричать, если только на это есть веская причина. Особенно это правило касается музеев и театров. Ребенок должен отчетливо понимать цель прихода в то или иное культурное заведение. Для этого дома заранее обговаривается, как правильно вести себя в таких местах. Но одних разговоров мало, должна существовать целая система воздействия, чтобы ребенок постепенно учился правильному поведению. Например, необходимо с малых лет водить сына или дочь в театр, тогда, благодаря подсказкам родителей, они быстрее научатся хорошим привычкам.

Второе правило поведения детей в общественных местах гласит о том, что в театре во время представления неприлично шелестеть фантиками, что-то есть или пить. Для этого существуют буфет и антракт. Необходимо объяснить ребенку, почему, к примеру, в кинотеатре можно пить кока-колу и есть попкорн, а в театре нельзя. Малыш должен подробно и несколько раз услышать от взрослого о тех требованиях, которые предъявляются к посетителям в театре.

Наконец, третье правило поведения детей в общественных местах гласит о том, как вести себя в музеях и на выставках. Нужно объяснить ребенку, что нельзя входить с мороженым или напитками, а также запрещается трогать экспонаты руками. Во время экскурсии необходимо внимательно слушать экскурсовода. Чтобы заинтересовать ребенка, можно заранее рассказать ему о предстоящей выставке и сформировать у него потребность познакомиться с экспонатами лично.

В этом случае малышу будет легче управлять своим поведением.

***Безопасность детей летом***

**Летом** дети очень много времени проводят на улице, на даче, выезжают на отдых в лес и на водоемы.

**Лето** характеризуется большой двигательной активностью, что приводит к повышению любознательности и, нередко, к возникновению опасных ситуаций.

Предупреждение детского травматизма – одна из самых важных проблем нашего времени. За жизнь и здоровье **детей** несут ответственность взрослые, и именно **родители должны создать безопасные условия для детей в летний период**, сформировать у них навыки **безопасного поведения**.

Главное, что должны помнить **родители** – ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра. С ребенком дошкольного возраста необходимо обсуждать правила **безопасности на улице**, на природе.

Необходимо выделить некоторые правила поведения, которые дети должны обязательно

выполнять, так как от этого зависят их здоровье и **безопасность**.

**Безопасное поведение в лесу**.

Прогулка в лес укрепляет здоровье, знакомит ребенка с родной природой. Но есть правила, с которыми взрослые должны обязательно ознакомить ребенка, так как лес может таить в себе опасность.

Расскажите ребенку о ядовитых грибах и растениях, которые растут в лесу. Объясните, что надо быть осторожными и отучиться от вредной привычки пробовать все подряд *(ягоды,травинки)*.

Напоминайте ребенку, что ему нужно держаться всегда рядом с **родителями**. Ребёнок должен знать: в том случае, если он заблудится, не нужно поддаваться панике и бежать не известно куда. Как только потерял **родителей**, нужно громко кричать, чтобы можно было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте. Ребенок должен быть уверен в том, что его обязательно будут искать.

**Безопасное поведение на воде**.

Главное условие для **безопасности** - купаться под присмотром взрослых.

Нужно объяснить ребенку, что нельзя купаться в незнакомом месте, особенно там, где нет других отдыхающих. Дно водоема может быть очень опасным: затопленная коряга, острые осколки и глубокие ямы.

Прежде чем заходить в воду, нужно посмотреть, как она выглядит (не следует купаться в грязной воде, также следует воздержаться от купания если вода имеет необычный цвет и запах).

Также дети должны твердо усвоить следующие правила:

* игры на воде очень опасны *(нельзя, даже играючи, "топить" друзей или "прятаться" под водой)*;
* ни в коем случае нельзя прыгать в воду в не предназначенных для этого местах;
* запрещается далеко заплывать на надувных матрасах и кругах;
* не нужно звать на помощь в шутку. Ведь если на самом деле понадобиться помощь, вам могут не поверить.

Во избежание солнечных ожогов смазывайте кожу ребенка специальными солнцезащитными средствами.

Опасности подстерегают **детей** не только в местах отдыха, но и на детской площадке, на дороге, в общественных местах. Ребенок должен обязательно находиться в головном уборе на улице для предотвращения теплового или солнечного удара.

Соблюдайте питьевой режим, чтобы не допустить обезвоживания.

Следование этим рекомендациям поможет **обезопасить** жизнь и здоровье ребенка. Позволит провести летние каникулы избежав происшествий!

***Безопасность детей зимой***

**Каждая мама старается максимально обезопасить своих детей от всяких опасных ситуаций, которые могут случиться во время прогулок на улице. С наступлением холодного времени года, потенциальных опасностей становится больше. Поэтому нужно знать, как  вести себя на улице зимой. Вот основные моменты!**

**1.  Первым делом ребенку нужно запомнить, что надеть шапку, рукавички и застегиваться нужно, не выходя из дома, чтобы холодный воздух не проник под одежду.**

**2. Нельзя есть снег и грызть сосульки, прикасаться к металлу.**

**3. На улице надо идти посередине тротуара, подальше от домов, потому что с крыши может обвалиться снег или упасть сосулька, и ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны. Ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву.**

**4. Кататься на коньках, лыжах можно только в специально отведенных для этого местах. Кататься на санках стоя нельзя! И нельзя кататься с горок, которые расположены рядом с дорогой! Вести себя на горке нужно аккуратно и дисциплинированно, не  толкаться. Опасно привязывать санки друг к другу.**

**5. При игре в снежки нужно помнить, что кидать в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой! И не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться!**

**6. Около водоемов  гулять можно только со взрослыми. Нельзя выходить на заледеневшие водоемы! Но если уж так случилось, что ребенок оказался на льду, передвигаться нужно мелким скользящим шагом. Если лед провалился - нужно громко звать  на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край! Барахтаться нельзя! Если получилось выбраться, надо отползти или откатиться от края.**

**7. Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!**

***Гаджеты в руках ребёнка***

Нынешние дети, кажется, уже рождаются с умением пользоваться различными гаджетами. Но стоит ли позволять малышу проводить время за смартфоном или планшетом?
Вспомните своё детство. Мы лазали по деревьям и валялись в траве, бегали и прыгали, сшибая коленки и локти. С точки зрения родителей, это было баловство. А с точки зрения нейробиологов – развитие телесного самоощущения и познавательных способностей. Во время таких игр и проделок в предлобной коре мозга формируются нейронные связи, которые отвечают за восприятие окружающего мира, умение заранее просчитывать свои действия и справляться с неприятными эмоциями. И получить это возможно, лишь испытав всё на себе. Сидя перед экраном компьютера и переживая вместе с героями, которые бегают, прыгают, лазают, телесное самоощущение не развить.

И снова о моторике.
Известно, что в раннем возрасте большое значение для развития ребёнка имеет состояние его мелкой моторики, от которой зависит и умение писать и считать, и умственные способности. Для этого детям испокон веков предлагалось перебирать крупу, нанизывать бусины, лепить из глины и пластилина, вырезать, вышивать, собирать мелкие детали конструктора. Ещё несколько лет назад учёные реабилитировали компьютерную мышку, заявив, что она тоже способствует развитию мелкой моторики.
Но сегодня на откуп малышам отданы планшеты с сенсорными экранами. Тыканье же в них пальчиком никакого отношения к развитию мелкой моторики не имеет.
Сенсорные экраны не позволяют детям развить мышцы пальцев и кисти. И научиться писать ручкой на бумаге таким детям будет очень непросто. Более того, дети, увлечённые планшетами, даже не могут играть в кубики и собирать конструктор.
Это означает, что какой-то важный этап в своём развитии ребёнок не прошёл. А без него учёба в школе и всякие науки просто не будут даваться.
Так к прогрессу или к деградации ведёт увлечение гаджетами? Ответ на этот вопрос зависит от… родителей.
Глупо отвергать современные технологии и полностью лишать ребёнка телевизора, компьютера, мобильного телефона. Все эти устройства полезны, облегчают жизнь. Надо лишь научить ребёнка пользоваться ими. Главное, чтобы все эти электронные устройства не подменяли собой жизнь.