



# ДЕТСКИЙ ТРАВМАТИЗМ

(памятка для родителей)



## Уважаемые родители, задумайтесь!

По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ):

- «Ежедневно во всем мире гибнет более 2000 детей по причине неумышленной травмы или «несчастного случая», которые можно было бы предотвратить...».
- «Ежегодно по этой причине погибает более 1 000 000 детей и молодых людей моложе 18 лет. Это означает, что каждый час ежедневно гибнет более 100 детей...»
- Более 3 млн. детских травм регистрируют ежегодно медицинские учреждения России. Таким образом, в больницы в связи с травмами обращается каждый восьмой ребенок в возрасте до 18 лет.



**Ожоги** – очень распространенная травма у детей. Чтобы их избежать:

- держите детей подальше от горячей плиты, пищи и утюга;
- устанавливайте на плиту кастрюли и сковородки ручками вовнутрь плиты, чтобы дети не могли опрокинуть на себя горячую пищу. По возможности блокируйте регуляторы газовых горелок;
- держите детей подальше от открытого огня, пламени свечи, костров, взрывов петард;
- убирайте в абсолютно недоступные для детей места легковоспламеняющиеся жидкости, а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды;
- причиной ожога ребенка может быть горячая жидкость (в том числе еда), которую взрослые беззаботно оставляют на краю плиты, стола или ставят на пол. Необходимо убрать со стола, на котором стоит горячая пища, длинные скатерти – ребенок может дернуть за их край и опрокинуть пищу на себя;
- возможны ожоги во время купания ребенка, когда его опускают в ванну или начинают подмывать из крана, не проверив температуру воды;
- маленький ребенок может обжечься и при использовании грелки, если температура воды в ней превышает 40–60°C;
- оберегайте ребенка от солнечных ожогов, солнечного и теплового «удара».



**Кататравма (падение с высоты)** – в 20% случаев страдают дети до 5 лет – нередкая причина тяжелейших травм, приводящих к инвалидизации или смерти.



## ДЕТИ НЕ УМЕЮТ ЛЕТАТЬ!

- Не разрешайте детям «лазить» в опасных местах (лестничные пролеты, крыши, гаражи, стройки и др.).
- Устанавливайте надежные ограждения, решетки на ступеньках, лестничных пролетах, окнах и балконах.
- Помните! Противомоскитная сетка не спасет в этой ситуации и может только создавать ложное чувство безопасности.
- Открывающиеся окна и балконы должны быть абсолютно недоступны детям.
- Не ставьте около открытого окна стулья и табуретки – с них ребенок может забраться на подоконник.

**Утопление** – в 50% случаев страдают дети 10-13 лет из-за неумения плавать.

- взрослые должны научить детей правилам поведения на воде и ни на минуту не оставлять ребенка без присмотра вблизи водоемов;
- дети могут утонуть менее чем за две минуты даже в небольшом количестве воды – обязательно и надежно закрывайте колодцы, ванны, бочки, ведра с водой и т.д.;
- учите детей плавать, начиная с раннего возраста;
- дети должны знать, что нельзя плавать без присмотра взрослых;
- обязательно используйте детские спасательные жилеты соответствующего размера при всех вариантах отдыха на открытой воде (лодки, плоты, водные велосипеды, «бананы», катера, яхты и др.).

**Удушье (асфиксия)** – в 25 % всех случаев асфиксий бывает у детей в возрасте до года из беспечности взрослых: аспирация пищей, прижатие грудного ребенка к телу взрослого во время сна в одной постели, закрытие дыхательных отверстий мягкими игрушками и т. д.

- Маленьким детям нельзя давать еду с маленькими косточками или семечками.
- Нужно следить за ребенком во время еды. Кашель, шумное частое дыхание или невозможность издавать звуки – это признаки проблем с дыханием и, возможно, удушья, которое может привести к смерти.

**Отравления** – чаще всего дети отравляются лекарствами из домашней аптечки (60% всех случаев отравлений).

- Лекарства, предназначенные для взрослых, могут оказаться смертельными для детей. Медикаменты ребенку нужно давать только по назначению врача и ни в коем случае не давать ему лекарства, предназначенные для взрослых или детей другого возраста. Хранить медикаменты необходимо в местах совершенно недоступных для детей.
- Отбеливатели, яды для крыс и насекомых, керосин, кислоты и щелочные растворы, другие ядовитые вещества могут вызвать тяжелое отравление, поражение мозга, слепоту и смерть. Яды могут быть опасны не только при заглатывании, но и при вдыхании, попадании на кожу, в глаза и даже на одежду.
- Ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее ни в коем случае нельзя хранить в бутылках для пищевых продуктов – дети могут по ошибке выпить их. Такие вещества следует держать в плотно закрытых маркированных контейнерах, в абсолютно недоступном для детей месте.
- Следите за ребенком при прогулках в лесу. Ядовитые грибы и ягоды – возможная причина тяжелых отравлений.
- Отравление угарным газом – крайне опасно для детей и сопровождается смертельным исходом в 80–85% случаев – неукоснительно соблюдайте правила противопожарной безопасности во всех местах пребывания детей, особенно там, где есть открытый огонь (печи, камины, бани и т.д.).

### **Поражения электрическим током**

- Дети могут получить серьезные повреждения, воткнув пальцы или какие-либо предметы в электрические розетки – их необходимо закрывать специальными защитными накладками.
- Электрические провода (особенно обнаженные) должны быть недоступны детям.

**Дорожно-транспортный травматизм** – дает около 25% всех смертельных случаев.

- Как только ребенок научился ходить, его нужно обучать правильному поведению на дороге, в машине и общественном транспорте, а также обеспечивать безопасность ребенка во всех ситуациях.
- Детям дошкольного возраста особенно опасно находиться на дороге – с ними всегда должны быть взрослые.
- Детям нельзя играть возле дороги, особенно с мячом.
- Детей нельзя сажать на переднее сидение машины.
- При перевозке ребенка в автомобиле, необходимо использовать специальные кресла и ремни безопасности.
- На одежде ребенка желательно иметь специальные светоотражающие нашивки.

**Несчастные случаи при езде на велосипеде** – являются распространенной причиной смерти и травматизма среди детей среднего и старшего возраста.

- Учите ребенка безопасному поведению при езде на велосипеде.
- Дети должны в обязательном порядке использовать защитные шлемы и другие приспособления.

**Травмы на железнодорожном транспорте** – нахождение детей в зоне железной дороги может быть смертельно опасно.

Строжайшим образом запрещайте подросткам кататься на крышах, подножках, переходных площадках вагонов. Так называемый **«зацепинг»** практически **гарантированное самоубийство**.



Помните сами и постоянно напоминайте Вашим детям, что строго запрещается:

- посадка и высадка на ходу поезда;
- высовываться из окон вагонов и дверей тамбуров на ходу поезда;
- оставлять детей без присмотра на посадочных платформах и в вагонах;
- выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда;
- прыгать с платформы на железнодорожные пути;
- устраивать на платформе различные подвижные игры;
- бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки;
- подходить к вагону до полной остановки поезда;
- на станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь;
- проходить по железнодорожным мостам и тоннелям, неспециализированным для перехода пешеходов;
- переходить через железнодорожные пути перед близко стоящим поездом;
- запрещается переходить путь сразу же после прохода поезда одного направления, не убедившись в отсутствии поезда встречного направления;
- игры детей на железнодорожных путях запрещаются;
- подниматься на электроопоры;
- приближаться к лежащему на земле электропроводу ближе 8 метров;
- проходить вдоль железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса;
- ходить в районе стрелочных переводов, так как это может привести к тяжелой травме.

**Уважаемые родители, помните –  
дети чаще всего получают травму  
(иногда смертельную) по вине взрослых.**

**БУ «Центр медицинской профилактики»**

**Адрес: г. Ханты-Мансийск,  
ул. Карла Маркса, 34**

**Web-сайт: [www.cmphmao.ru](http://www.cmphmao.ru)**

**Тел.: +7 (3467) 318-466**

**2017 год**





Департамент  
Здравоохранения  
Ханты-Мансийского  
автономного округа-Югры



# Профилактика травматизма у детей в период летнего отдыха

Профилактика детского травматизма является важной медико-социальной проблемой. 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. Полученная ребенком травма может привести к тяжелым последствиям, а иногда и к гибели.



**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.**



# Основные правила поведения детей на дорогах

Детский дорожно-транспортный травматизм имеет ярко выраженный сезонный характер. Максимальное число погибших и раненых в ДТП детей регистрируется с мая по сентябрь, фактически в период летних каникул. Нередко дети предоставлены сами себе, отсутствует должное внимание к ним со стороны родителей, не налажена организация досуга детей, особенно в период каникул.



## **Запомните несколько важных правил:**

- На дорогу надо выходить спокойно, сосредоточенно, уверенно так, чтобы водитель видел тебя. Конечно, соблюдая правила пешехода.
- Переходить дорогу надо перпендикулярно к оси дороги, а не по диагонали.
- Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться, если это не связано с обеспечением безопасности движения.
- Если транспортный поток застал тебя на середине дороги, остановись, не паникуй. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения.
- Маленького ребёнка переводить через дорогу надо только за руку.
- Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - по обочинам.
- При движении по краю проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств.
- При переходе через дорогу нужно руководствоваться сигналами светофоров, обозначенным пешеходным переходом, а если их нет - переходить на перекрёстке.
- При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрёстка разрешается переходить дорогу под прямым



углом к краю проезжей части на участках там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

- При переходе через проезжую часть, следует соблюдать правила: необходимо остановиться на краю дороги, посмотреть налево, затем направо, чтобы выяснить, не приближается ли транспорт с другой стороны.



- Входить и выходить из транспорта можно только после полной остановки транспортного средства.

- Выйдя из трамвая, автобуса надо пройти на тротуар, а на другую сторону улицы переходить только на перекрёстке.

- Нельзя выбегать на проезжую часть внезапно, особенно из-за кустов или стоящего автомобиля.

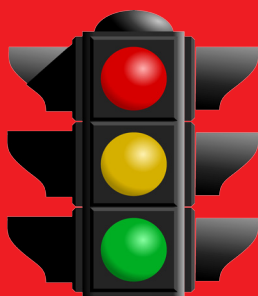
- Играть следует там, где нет движения транспорта: на детских площадках, в парках, во дворах, на стадионах, в скверах, на лужайках, во дворах.

- На самокатах и роликах следует кататься там, где нет движения транспорта.

- Детям до 14 лет нельзя выезжать на велосипеде на проезжую часть.

- На одежде пешеходов, на рюкзаках должны размещаться светоотражающие элементы. Присутствие светоотражающих элементов на детской одежде может значительно снизить детский травматизм на дорогах.

- Группы детей разрешается водить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а при их отсутствии - и по обочинам, но лишь в светлое время суток и только в сопровождении взрослых.



## ПОМНИ:

**КРАСНЫЙ** сигнал запрещает движение;  
**ЖЕЛТЫЙ** сигнал светофора запрещает движение, и предупреждает о предстоящей смене сигналов;

**ЗЕЛЕНЫЙ** сигнал светофора разрешает движение.

# Правила поведения на воде

Чтобы избежать несчастного случая, надо знать и соблюдать меры предосторожности на воде. Находясь у воды, помните о собственной безопасности и безопасности ваших детей. Будьте готовы оказать помощь попавшему в беду.

- Для купания лучше выбирать места, где чистая вода, ровное песчаное дно, небольшая глубина, нет сильного течения и водоворотов, нет проезжающего по воде моторного транспорта.



- Опасно подплывать к идущим парходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения.

- Начинать купаться следует при температуре воздуха от + 20\*, воды + 17, +19\*С.

Входить в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановиться и окунуться с головой.

- Не заплывайте за буйки, обозначающие границы заплыва.
- Опасно заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил.
- Не доводите себя до озноба, это вредно для здоровья. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги.
- Во время купания никогда не принимайте пищу, не жуйте жевательную резинку.
- Не затевайте в воде игры, связанные с нырянием и захватом купающихся.



- Не используйте для плавания доски, лежаки, бревна, камеры автомашин и т.п..

- Не заходите в воду при сильных волнах. Попав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, по-

степенно приближаясь к берегу.

- Опасно нырять в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно прыгать головой в воду с плотов, пристани и других плавучих сооружений. Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и осколки стекла. Нырять можно лишь там, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно.

- Если не умеете плавать, необходимо иметь спасательные средства.

- Не находиться на крутых берегах с сыпучим песком, чтобы не быть засыпанным.

- Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде. Водоворот затягивает купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть.

**Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности - главное условие безопасности на воде.**



# Правила поведения детей на железной дороге

## **Запомните:**

- Переходить через пути нужно только по мосту или специальным настилам.

- Не подлезайте под вагоны! Не перелезайте через автосцепки!

- Не заскакивайте в вагон отходящего поезда.

- Не выходите из вагона до полной остановки поезда.

- Не играйте на платформах и путях!

- Не высовывайтесь из окон на ходу.

- Выходите из вагона только со стороны посадочной платформы.

- Не ходите на путях.

- На вокзале дети могут находиться только под наблюдением взрослых, маленьких детей нужно держать за руку.



- Не переходите пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров. Поезд не может остановиться сразу!

- Не подходите к рельсам ближе, чем на 5 метров.

- Не переходите пути, не убедившись в отсутствии поезда противоположного направления.

- Не катайтесь по платформе на велосипеде, скейтборде и роликах - ЭТО ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!

- Приближаясь к железной дороге - снимите наушники - в них можно не услышать сигналов поезда!

- Никогда не переходите железнодорожные пути в местах стрелочных переводов. Поскользнувшись, можно застрять в тисках стрелки, которая перемещается непосредственно перед идущим поездом.

- Опасайтесь края платформы, не стойте на линии, обозначающей опасность! Оступившись, вы можете упасть на рельсы, под приближающийся поезд.

**Берегите себя!**

БУ ХМАО – Югры «Центр медицинской профилактики»  
г. Ханты-Мансийск, ул. Карла Маркса, 34.  
Web-сайт: [www.cmphm.ru](http://www.cmphm.ru). Тел.: 8 (3467) 318466  
2013 г.



# 3 000 000

ДЕТЕЙ ЕЖЕГОДНО  
ПОПАДАЮТ В БОЛЬНИЦЫ  
С ТРАВМАМИ



## ОЖОГИ

Кухонные плиты, утюги,  
кипяток, спички,  
зажигалки, игры с огнём



## ПАДЕНИЯ

Игровые площадки, стулья  
и столы. Открытые окна  
смертельно опасны!



## УТОПЛЕНИЯ

Опасность представляют  
любые открытые водоёмы  
в любое время года



## ОТРАВЛЕНИЯ

Медикаменты из домашней  
аптечки, средства бытовой  
химии, продукты



## УДУШЬЕ

Пицца, леденцы, косточки,  
семечки, мелкие детали  
игрушек



## ДТП

Игры возле дороги, незнание  
ПДД, нет детских кресел  
в автомобилях

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!