

Тема

«Предупреждение детского травматизма в зимнее время»

Каждую зиму детский травматизм увеличивается примерно на треть. Какие травмы типичны для этого времени года и как их избежать?

Санки, лыжи, коньки – самые любимые развлечения детей зимой. Склон, который выбирается для спуска на санках или лыжах, обязательно должен быть вдалеке от дороги: зимой дорога скользкая, и не всегда водитель транспортного средства сможет остановить его в нужный момент. Каждый воспитанник должен понимать, что катаясь с закрытыми глазами, можно столкнуться с соседом или деревом, а спуск спиной вперед, снижает возможность управлять санками или лыжами, своевременно и адекватно реагировать на опасность. Опасно привязывать санки друг к другу. Именно это является причиной того, что перевернувшись, одни санки потянут за собой другие. Особенно опасно привязываться (цепляться) на ходу к транспортным средствам!

На коньках лучше всего кататься в специально оборудованных местах или площадках. Если не удастся избежать зимних игр на замерзших местных реках, озерах и прудах, то должны знать основные правила поведения на льду.

Нельзя использовать первый лед для катания – молодой лед тонок, непрочен и тяжести человека не выдерживает. А в местах замерзания веток, досок и других предметов, лед бывает еще слабее. И, если такие места запорошил снег, то катающийся или проходящий в этих местах человек может попасть в беду.

К опасным для катания и игр относятся места, близкие к прорубям и промоинам, образующимся быстрым течением рек; подземными ключами, выходящими на поверхность; спусками теплой воды от промышленных предприятий; рыбацкие лунки, места выколки льда и другое.

Непрочен мутный, мало прозрачный и беловатый лед. Одним из самых опасных мест считается спуск на лед в полосе его примыкания к суше – здесь часто бывают трещины.

Опасно выбегать и прыгать с берега на лед, когда неизвестна его прочность. Не следует испытывать прочность льда ударами ног, так немудрено и провалиться. Убедиться в прочности льда лучше всего с помощью подручных средств (палка и др.).

Игра в снежки – еще одна зимняя забава, которая может привести к повреждениям глаз. При игре в снежки нужно беречь от таких «снарядов» лицо. Нельзя бросать снежок в упор и целиться в голову. Нельзя кидаться

снежками с ледяной корочкой и обледенелыми кусочками снега. Затвердевшие «боеприпасы» могут ударить не слабее булыжника.

Гололед – довольно частое атмосферное явление зимой – является причиной множества травм, полученных в этот период. Во – первых, надо правильно подобрать обувь: предпочтение лучше отдать обуви с ребристой подошвой. Ношение в гололед обуви на каблуках увеличивает в несколько раз риск получения травмы. Во время перемещения по скользкой улице не надо спешить, избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги; если нужно осмотреться, не стоит это делать на ходу – лучше остановиться. Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед. Держать по привычке руки в карманах в гололед опасно: при падении едва ли будет время их вынуть и ухватиться за что – нибудь.

Свой маршрут по возможности надо проложить подальше от проезжей части. В то же время нежелательно идти в непосредственной близости от стен зданий, на кровлях которых нередко образуются сосульки.

Огромную опасность в гололед представляют ступеньки: но если вам все – таки предстоит спуститься по скользкой лестнице, то ногу необходимо ставить вдоль ступеньки. В случае потери равновесия такая позиция позволяет съехать вниз настолько аккуратно, насколько это возможно в подобной ситуации в принципе. Внимание и осторожность – это главные принципы поведения, которых следует неукоснительно придерживаться в гололед.

Еще одна распространенная зимняя травма – обморожение. Повреждение тканей под действием холода может наступить не только при низких температурах воздуха, но и при температуре выше нуля, особенно в периоды обильного снегопада, при сырой погоде, влажной одежде и нарушении нормального кровообращения (тесная обувь). Обморожению подвергаются чаще всего пальцы ног и рук, щеки, нос и уши.

Обморожения нередко наступают незаметно, без боли. Поэтому необходимо чаще обращать внимание на цвет румянца, проверять чувствительность кожи лица, постоянно шевелить пальцами рук и ног. Нормальный румянец – нежно-розового цвета. Если вы заметили, что румянец неравномерный, с ярко – красными или белыми пятнами – срочно возвращайтесь домой! Налицо все признаки обморожения!

Но зимой к списку травм добавляется еще и риск «приклеиться». Например, вы набегались, разгорячились, сняли варежки и притронулись к железной конструкции. Все, прилипли. Еще хуже, если вы решили поэкспериментировать и лизнуть железо.

Зимой возрастает число транспортных травм. Часто вы видите, что машина приближается, но надеетесь проскочить. Машина же просто не успевает затормозить, поскольку по скользкой дороге тормозной путь у автомобилей значительно больше. Пересекая проезжую часть дороги, следует быть предельно внимательным, и, конечно же, пользоваться правилом перехода на другую сторону улицы исключительно по пешеходному переходу, ни в коем случае не пренебрегать им.

Многих серьезных травм можно избежать, если вы будете соблюдать правила техники безопасности!