**Профилактика травматизма и гибели детей от внешних причин**

    Детский травматизм и его предупреждение – очень важная и серьезная проблема, особенно в летний период, когда дети больше располагают свободным временем, чаще находятся на улице и остаются без присмотра взрослых.  
    Несмотря на большое разнообразие травм у детей, причины, вызывающие их, типичны. Прежде всего, это неблагоустроенность внешней среды, халатность, недосмотр взрослых, неосторожное, неправильное поведение ребенка в быту, на улице, во время игр, занятий спортом. Естественно, возникновению травм способствуют и психологические особенности детей: любознательность, большая подвижность, эмоциональность, недостаток жизненного опыта, а отсюда отсутствие чувства опасности. Взрослые обязаны предупреждать возможные риски и ограждать детей от них.

Работа родителей по предупреждению травматизма  должна  идти в 2 направлениях:

1) устранение травмоопасных ситуаций;  
2) систематическое обучение детей основам профилактики травматизма.    Важно при этом не развить у ребенка чувства робости и страха, а, наоборот, внушить ему, что опасности можно избежать, если вести себя правильно.

Наиболее часто встречающийся травматизм у детей – бытовой. Основные виды травм, которые дети могут получить дома, и их причины:

ожог от горячей плиты, посуды, пищи, кипятка, пара, утюга, других электроприборов и открытого огня;  
падение с кровати, окна, стола и ступенек;  
удушье от мелких предметов (монет, пуговиц, гаек и др.);  
отравление бытовыми химическими веществами (инсектицидами, моющими жидкостями, отбеливателями и др.);  
поражение электрическим током от неисправных электроприборов, обнаженных проводов, от втыкания игл, ножей и других металлических предметов в розетки и настенную проводку.

**Падения**  
    Падение — распространенная причина ушибов, переломов костей и серьезных травм головы. Их можно предотвратить, если:  
не разрешать детям лазить в опасных местах;  
устанавливать ограждения на ступеньках, окнах и балконах.  
    В летнее время зоной повышенной опасности становятся детские площадки, а особенно качели. Если ребенок упал с качели, он должен прижаться к земле и подальше отползти, чтобы избежать дополнительного удара. Добровольный прыжок с качели никогда не заканчивается безопасным приземлением на ноги. От резкого касания с грунтом — перелом лодыжек, берцовых костей, вывих голеностопных суставов.

**Порезы**  
    Разбитое стекло может стать причиной порезов, потери крови и заражения. Стеклянные бутылки нужно держать подальше от детей и младенцев. Нужно учить маленьких детей не прикасаться к разбитому стеклу.  
    Ножи, лезвия и ножницы необходимо держать в недоступных для детей местах. Старших детей надо научить осторожному обращению с этими предметами.  
Можно избежать многих травм, если объяснять детям, что бросаться камнями и другими острыми предметами, играть с ножами или ножницами очень опасно.  
Острые металлические предметы, ржавые банки могут стать источником заражения ран. Таких предметов не должно быть на детских игровых площадках.

**Травматизм на дороге.**  
     Из всевозможных травм на улично-транспортную приходится каждая двухсотая. Но последствия их очень серьезны. Самая опасная машина — стоящая: ребенок считает, что если опасности не видно, значит, ее нет. Но, выходя из-за такой машины на проезжую часть, 63 ребенка из 100 попавших в дорожное происшествие попадают под колеса другой машины.

Дети должны знать и соблюдать следующие правила, когда переходят дорогу:  
-остановиться на обочине;  
-посмотреть в обе стороны;  
-перед тем как переходить дорогу, убедиться, что машин или других транспортных средств на дороге нет;  
-переходя дорогу, держаться за руку взрослого или ребенка старшего возраста;  
-идти, но ни в коем случае не бежать;  
-переходить дорогу только в установленных местах на зеленый сигнал светофора;  
-на дорогу надо выходить спокойно, сосредоточенно, уверенно и так, чтобы водитель видел тебя;  
-переходить дорогу надо по перпендикуляру к оси, а не по диагонали;  
-если транспортный поток застал на середине дороги, следует остановиться и не паниковать;  
-маленького ребенка переводить через дорогу надо только за руку;  
-надо научить ребенка не поддаваться «стадному» чувству при переходе улицы группой;  
-детям нельзя играть возле дороги, особенно с мячом;

    Во избежание несчастных случаев детей нужно учить ходить по тротуарам лицом к автомобильному движению.  
    Старших детей необходимо научить присматривать за младшими.  
При перевозке ребенка в автомобиле, необходимо использовать специальное кресло и ремни безопасности, ребенка надо посадить сзади и справа.

Несчастные случаи при езде на велосипеде являются распространенной причиной травматизма среди детей старшего возраста. Таких случаев можно избежать, если родственники и родители будут учить ребенка безопасному поведению при езде на велосипеде. Детям нужно надевать на голову шлемы и другие приспособления для защиты.

    Еще ни одно увлечение детей не приводило к такому наплыву раненых, как роллинг (катание на роликовых коньках), который в последнее время стал особенно популярным. В роллинге слишком высоки требования к владению телом — малейший сбой приводит к падению, что всегда чревато травмой.

    Покупая ребенку роликовые коньки, научите стоять на них и перемещаться. Для этого можно подвести к перилам, поставить между двух стульев. Проследите за правильной постановкой голеностопного сустава.

    Не покупайте детям роликовых коньков китайского производства, хотя и стоят они дешевле. Они травмоопасны и недолговечны.  
    Голенище должно служить хорошей опорой, поэтому должно быть твердым.

    Пригласите опытного роллера, если сами не можете научить хотя бы одному методу торможения.  
    Обязательно приобретите наколенники, налокотники, напульсники и шлем. Это предупредит основные травмы.  
     Научите правильно падать — вперед на колени, а затем на руки.  
     Кататься нужно подальше от автомобильных дорог.  
     Научите детей избегать высоких скоростей, следить за рельефом дороги, быть внимательным.

**Водный травматизм**  
    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, поэтому их никогда не следует оставлять одних в воде или близ воды, в т.ч. – в ванной.  
    Нужно закрывать колодцы, ванны, ведра с водой.  
    Детей нужно учить плавать, начиная с раннего возраста.  
    Дети должны знать, что нельзя плавать без присмотра взрослых.

**Ожоги**  
Ожогов можно избежать, если:  
-держать детей подальше от горячей плиты, пищи и утюга;  
-устанавливать плиты достаточно высоко или откручивать ручки конфорок, чтобы дети не могли до них достать;  
-держать детей подальше от открытого огня, пламени свечи, костров, взрывов петард;  
-прятать от детей легковоспламеняющиеся жидкости, такие, как бензин, керосин, а также спички, свечи, зажигалки, бенгальские огни, петарды.

**Удушье от малых предметов**  
   Маленьким детям не следует давать еду с маленькими косточками или семечками. За детьми всегда нужно присматривать во время еды. Кормите ребенка измельченной пищей.  
  Кашель, шумное частое дыхание или невозможность издавать звуки — это признаки проблем с дыханием и, возможно, удушья. Следует убедиться, что с ребенком все обстоит благополучно. Если у него затруднено дыхание, нельзя исключить возможность попадания мелких предметов в дыхательные пути ребенка, даже если никто не видел, как ребенок клал что-нибудь в рот.

**Отравления**  
   Ядовитые вещества, медикаменты, отбеливатели, кислоты и горючее, например керосин, 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 недоступном для детей месте.  
   Отбеливатель, яды для крыс и насекомых, керосин, кислоты и щелочные растворы, другие ядовитые вещества могут вызвать тяжелое отравление, поражение мозга, слепоту и смерть. Яд опасен не только при заглатывании, но и при вдыхании, попадании на кожу, в глаза и даже на одежду.  
   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 недоступных для детей.  
   Неправильное применение и передозировка антибиотиков могут привести у маленьких детей к глухоте.

**Поражение электрическим током**  
    Дети могут получить серьезные повреждения, воткнув пальцы или какие-либо предметы в электрические розетки; их необходимо закрывать, чтобы предотвратить поражение электрическим током. Электрические провода должны быть недоступны детям — обнаженные провода представляют для них особую опасность.

    Очень важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни.

**Не забывайте, что пример взрослого для ребенка заразителен!**

   Основная группа риска – юноши-подростки от 15 до 18 лет, на долю которых приходится абсолютное большинство травм, полученных вследствие внешних причин.  
Ведущей причиной смертности в возрастной группе  5-18 лет является дорожно-транспортный травматизм. Вторая по значимости причина детской смертности (особенно это касается детей   в  возрасте  от 1года  до  4 лет) – это утопление. На третьем месте – асфиксия (механическое удушение) – проблема, которая чаще затрагивает детей  младшего  возраста. В список основных причин смертей также входят отравления, в том числе и от алкоголя, падения, ожоги и убийства.  
   Около 10% смертей детей и подростков в результате  внешних причин – следствие суицида.  
Профилактика детского и подросткового травматизма напрямую зависит от мер, которые принимают общество и государство. К  наиболее  эффективным  мероприятиям  по  снижению  детского  дорожно-транспортного  травматизма  следует  отнести  использование  детских  автомобильных  кресел  и  ремней  безопасности  (в  т.ч.  и  на  задних  сидениях  автомобиля),  ограничение  скорости  в  населённых  пунктах,  использование  световозвращающих  элементов  в  тёмное  время  суток. В  летний  период  необходимо  запретить  купание  детей  в  необорудованных  для  этого  местах  и  без  присмотра  взрослых.  
    Использование  автономных  пожарных  извещателей  в  домах  многодетных  и  неблагополучных  семей,  профилактика  гололёдных  травм,  воспитание  у  детей  негативного  отношения  к  алкоголю  и  наркотикам,  внимательное  отношение  и  забота  родителей – эти  и  другие  факторы  во  многом  содействуют  сокращению  гибели  детей  от  внешних  факторов.